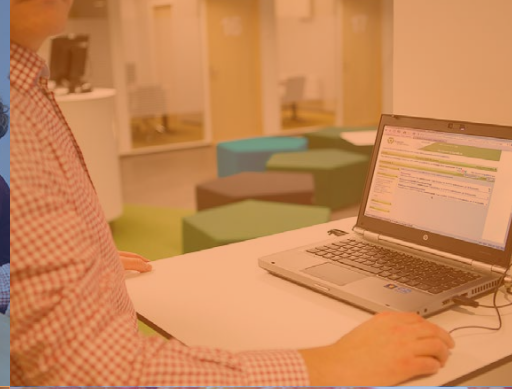




# Mitä töissä tänään

## Kertomuksia lappilaisesta työelämästä

TOIMITTANUT PÄLVI RANTALA





# Mitä töissä tänään

Kertomuksia lappilaisesta työelämästä

TOIMITTANUT PÄLVI RANTALA

**ELINVOIMAA ALUEELLE 5 | 2017**

**MITÄ TÖISSÄ TÄNÄÄN  
KERTOMUKSIA LAPPILAISESTA TYÖELÄMÄSTÄ**

**Lapin elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus**

**Taitto: Ritva-Liisa Hakala  
Kansikuva: ELY-keskusten kuvapankki/Lapin materiaalipankki**

**ISBN 978-952-314-605-1 (PDF)**

**ISSN-L 2242-282X**

**ISSN 2242-2838 (verkkajulkaisu)**

**URN:ISBN:978-952-314-605-1**

**[www.doria.fi/ely-keskus](http://www.doria.fi/ely-keskus)**



## Sisältö

Mitä töissä? -kampanja avaa ikkunoita lappilaiseen työarkeen.....	5
Parempi työelämä tehdään yhdessä.....	6
Haasta kaverisi kertomaan työpäivästään!.....	8
Kertomuksia lappilaisista työpäivistä.....	9
Ammattikorkeakoulun vararehtorin päivä.....	10
Opettajan päivä.....	12
Metsätalouden tiedottajan päivä.....	14
Toimitusjohtajan päivä.....	16
Vanhustyöntekijän päivä.....	18
Strategiapäällikön päivä.....	20
Ei-vielä-eläkeläisen päivä.....	23
Opettajan erilainen päivä .....	24
Työharjoittelijan päivä.....	26
Arkistoasiantuntijan päivä.....	28
Palvelupäällikön päivä.....	30
Toimistotyöläisen päivä.....	32
Hanketyöntekijän päivä.....	34
Muotoilijan päivä.....	36
Psykokinesiologin päivä.....	38
Nuoriso-ohjaajan päivä.....	40
Yrittäjän päivä.....	42
Projektipäällikön päivä.....	44
Liikunta-alan asiantuntijan päivä.....	46
Asiakkuuspäällikön päivä.....	48
Yliopistonlehtorin päivä.....	50
Johtavan asiantuntijan päivä.....	52



# Mitä töissä? -kampanja avaa ikkunoita lappilaiseen työarkeen

***Se oli taas tavallinen maanantai. Puhelin pirahti ensimmäisen kerran jo kiskoessani sukkahousuja jalkaan. Yhdellä kädellä nyhdyttynä nekin napsahtivat kahtia. Olkoot, perkuleet. Niitä kuitenkin kukaan näe.***

Näin alkoi erään lappilaisen maanantainen työpäivä. Miten päivä jatkui, sen voit lukea tästä julkaisusta.

Lapin työelämää kehittävä Työelämä 2020 -hankkeen Lapin alueverkosto kokosi #mitätöissä -kampanjalla 3.3.–15.5.2017 tarinoita työelämästä Lapissa. Tavoitteena oli saada läpileikkaus tämän päivän lappilaisesta työelämästä ja tuoda konkreettisesti esiin työelämää ja sen moninaisuutta.

Vaikka kampanja-aika oli suhteellisen lyhyt, sen aikana saatiin kokoon upeita ja persoonallisia tarinoita lappilaisesta työarjesta. Tästä kuuluu iso kiitos kaikille osallistuneille.

Kampanja syntyi oivalluksesta, että aika vähän loppujen lopuksi tiedämme siitä, mitä tututkaan ihmiset työpäivänsä aikana käytännössä tekevät. Aluksi alueverkoston eri aloilla toimivat jäsenet alkoivat keskenään jakaa tarinoitaan työpäivistään. Tarinat osoittautuivat niin kiinnostaviksi, että alueverkostossa haluttiin kuulla myös muiden lappilaisten työpäivästä, ja näin kampanja sai alkunsa.

Tarinoista kuvastuu lappilaisen työn monimuotoisuus ja työympäristöjen vaihtelevuus: tuulessa ja tuiskussa ajetaan satoja kilometrejä asiakastapaamisiin, perehdytään aivan uusiin aihepiireihin, tehdään etätöitä auringonpaisteisessa kotikeittiössä. Joskus työ on lumikenkäkävelyä ulkomaisten matkailijoiden kanssa. Monille työ ja vapaa-aika lomittuvat ja lappilainen kiinteä luontosuhde tulee näkyville useassakin kuvauksessa.

***Solumuoviset pyllynalustat, teleskooppimakkaratikut, hillakuviokupit, lovikkalaiset ja sitten hakkaamaan syytöjä liiteriin. Muutaman sytön (tervasen) sujautin pussiin ja pussin reppuun. Tykkään olla ulkona töissä.***

Lappilaiset tekevät työtään suurella sydämellä. Asioita tehdään ihmiseltä ihmiselle – tunteita unohtamatta. Työssä innostavat työn sisältö ja ihmiset, joiden kanssa työtä tehdään. Huolenaiheena työssä on resurssien vähäisyys.

Tarinoita työpäivien arjesta ei ole Lapissa aiemmin koottu tällä tavoin. Halusimme tarinoiden jäävän elämään tämän julkaisun muodossa. Tarinat innoittivat myös ihan omaan Mitä töissä -räppiin, josta voi tunnistaa yhden jos toisenkin työpäivätarinan liittyvän työtehtävän sekä monta muuta lappilaista työelämän tunnuspiirrettä.

Hyviä työpäiviä toivottaen

*Satu Huikuri ja Päivi Rantala*

# PARASTA TYÖELÄMÄÄ LAPPIIN!



Työelämä 2020 -hankkeen Lapin alueverkosto peukuttaa työelämän laadun puolesta. Kuva Tanja Ylitalo



Hyvä työelämä on meidän kaikkien yhteinen asia. Se on arkipäiväisiä asioita työpaikoilla, mutta myös tavoitteellista ja pitkäjänteistä kehittämistä. Tämän päivän työelämässä pärjäävät työpaikat, jotka ovat kilpailukykyisiä ja joissa pystytään uudistumaan. Hyvässä työpaikassa tehdään yhteistyötä luottamuksellisessa ja innostavassa ilmapiirissä, innovoidaan ja parannetaan tuottavuutta. Myös työhyvinvoinnista ja -turvallisuudesta huolehtiminen ja osaamisen kehittäminen ovat toimivan työpaikan tunnusmerkkejä.

Työelämä 2020 -hankkeen Lapin alueverkosto kokoaa työelämän eri toimijat yhteistyöhön. Alueverkostoon kuuluvien toimijoiden kautta työpaikat saavat tietoa ja tukea tarvittavista palveluista ja työkaluista toimintatapojen kehittämiseksi. Alueverkoston tehtävänä on viestiä, innostaa ja aktivoita työpaikkoja kehittämään työelämää erilaisten menetelmien ja tapahtumien kautta.

Työelämä 2020 -hankkeen alueverkostoissa on mukana edustaja muun muassa Lapin alueen yrittäjäjärjestöstä, kauppakamaria, seudullisista yritysten kehittäjistä, yliopistosta, ammattikorkeakoulusta, koulutuskuntayhtymistä, työmarkkinajärjestöistä, sairaanhoitopiireistä, Lapin liikunnasta, ELY-keskuksesta, TE-toimistosta, Tekesistä, Työterveyslaitoksesta, Lapin liitosta, aluehallintovirastosta ja muista vastaavista organisaatioista.

Alueverkosto kokoontuu säännöllisesti ja järjestää eri teemoihin liittyviä kehittämistilaisuuksia, vie viestiä työpaikoille, kampanjoi työelämän moninaisuuden esiin tuomiseksi sekä tekee yhteistyötä muiden työelämän kehittämishankkeiden kanssa. Verkostotoiminnalla tavoitetaan työpaikkoja ja työpaikkojen kehittäjiä ympäri Lappia. Lapin alueverkosto toteuttaa valtakunnallista Työelämä 2020 -hanketta ja kuuluu sen valtakunnalliseen verkostoon.

Ota yhteyttä, olemme käytettävissäsi!

[http://www.tyoelama2020.fi/tietoa\\_hankkeesta/yhteystiedot](http://www.tyoelama2020.fi/tietoa_hankkeesta/yhteystiedot)

*Hannu Sukuvaara*

alueverkoston puheenjohtaja  
Keskinäinen Vakuutusyhtiö Fennia

*Satu Huikuri*

alueverkostovastaava  
Lapin ELY-keskus

# Haasta kaverisi kertomaan työpäivästään!

## TOIMITTAJAN ALKUSANAT

Syksyllä 2015 osallistun muutaman muun alueverkostolaisen kanssa koulutukseen, jossa ideoitiin uudenlaisia tapoja verkostoitua ja jakaa kokemuksia kiireisen arjen keskellä. Päivän aikana syntyi idea ”Kerro työpäivästäsi” -haasteesta, joka paitsi herättäisi pohtimaan oman työn sisältöjä ja aikatauluttamista, myös auttaisi ymmärtämään muiden työtä. Alueverkoston tuolloinen puheenjohtaja Taija Jurmu haastoi minut ensimmäisenä kertomaan työpäivästäni muille verkostolaisille. Kysymykset muotoutuivat seuraavanlaisiksi:


- \* Kerro työpäivästäsi.  
Miten aloitit päivän? Mitä sitten teit? Miten päivä päättyi? Oliko päivä tyypillinen, vai tuliko eteen jotain yllättävää? Kerro konkreettisia esimerkkejä.
- \* Mieti vielä hetki omaa suhdettasi työhön.  
Mitä työ sinulle antaa? Miksi teet sitä? Mikä sinua motivoi työssäsi? Jos voisit muuttaa työssäsi jotain, mitä se olisi?
- \* Kysy samat kysymykset joko kollegaltasi tai joltakulta muulta jonka tapaat!

Vastaukseni haasteeseen, työpäivän kuvaus syksyltä 2015 on mukana tässä julkaisussa. Haastoin edelleen työpäivästään kertomaan Hannu Sukuvaaran, ja niin alueverkostolainen toisensa jälkeen valotti omaa työarkeaan. Kertomukset olivat hauskoja ja yllättäviä. Niin ovat myös kampanjan aikana tulleet – tätä julkaisua on ollut ilo koota!

Tässä julkaisussa ovat mukana sekä alueverkoston jäsenten kirjoittamat kuvaukset vuosilta 2015 ja 2016 että Mitä töissä?-kampanjan aikana mukaan tulleet tekstit keväältä 2017. Osa kirjoituksista on kirjoitettu omalla nimellä, osa nimimerkillä. Halusimme tarjota mahdollisuuden kertoa työpäivästään myös nimettömänä, jotta mahdollisimman moni rohkaistuisi kirjoittamaan. Teksteistä näkyy lappilainen moninainen työarki: säätila vaikuttaa työmatkaan, organisaatiomuutokset vaikuttavat jaksamiseen, hyvät verkkoyhteydet ja työvälineet ovat elintärkeitä. Tarralappuja kuluu kun työpaikoilla ideoidaan, mutta työpäiviin kuuluu myös venyttelytuokioita ja nokipannukahveja.

Nyt haastan Sinut, lukija, kertomaan omasta työpäivästäsi. Mikä työssäsi on erityistä? Mistä nautit, entä olisiko jokin asia voinut jäädä väliin? Kerro työstäsi läheisillesi, ja haasta heidät kertomaan omasta työstään.

*Päivi Rantala*

A close-up photograph of a reindeer with large, snow-covered antlers. The reindeer is wearing a harness with a blue and red strap. It is standing in a snowy forest with bare trees in the background. The text "Kertomuksia lappilaisista työpäivistä" is overlaid on the image.

Kertomuksia  
lappilaisista  
työpäivistä



## **Ammattikorkeakoulun vararehtorin päivä: Flash mobia ja budjetointia, henkilöstöinfoa ja edustamista**

*Joku voisi sanoa, että ammatinvalintakysymys:  
jos esimieshommiin rupeaa, niin ongelmanratkaisusta on parasta tykätä.*



## Aamupäivä

Marraskuu ei ole kuukausi, vaan kohtalaisen paha erehdys. Siltä se tuntui, kun iljanteista katua pitkin marssin Kuomat jalassa ja pipo tiukasti silmillä kohti maksupaikkaa. Käsivartta vähän polteli heijastin, siinä kun oli teksti ”Lapin yliopisto”, mutta näytti ne autot sitäkin väistävän.

Ensimmäinen tapaaminen oli hauska. Vastapäätä istahti viestintäasiantuntijamme ja kävimme lävitse joulukuun alussa järjestettävää Pohjoisen supertähdet -tapahtumaa. Lappi areenalle odotellaan runsasta 3 000 osallistujaa, ja meillä on pyöreästi 10 minuuttia aikaa vakuuttaa läsnäolijat siitä, että Lapin AMK on kelpo opiskelupaikka. Miia tekee kaksi diaa, enempää ei kuulemma kymmenessä minuutissa saa näyttää.

Päivä jatkui itselleni oudoissa merkeissä. Eilen 21.11.2016 pidimme ensimmäisen Suomi 100 vuotta -teemaan liittyvän AMK:n flash mob -harjoituksen. Kun hommaan ryhdyttiin, en varmaan ollut ainoa, jolla ei ollut harmainta hajua koko flash mobista. Se kuitenkin tarjoaa loistavan mahdollisuuden vaihtoehtoisesti nolata itsensä tai kunnostautua hyvin julkisella tavalla tammikuussa 2017. Mukana on varmaan viitisenkymmentä opiskelijaa ja henkilökunnan jäsentä, osa osaa laulaa, osa ei, jotkut osaa tanssia, vielä useimmat ei osaa. Teimme muistiinpanot harjoituksen kulusta, ja pohdimme, miten hommaa saadaan kehitettyä eteenpäin. Tässä hommassa auttaa se, ettei edes ymmärrä, mikä kaikki voi mennä pieleen.

Kolmas tema ennen lounasta oli ensi viikon henkilöstöinfot. Firma kun toimii Rovaniemellä, Kemissä ja Torniossa, pidämme säännöllisin välein henkilöstöinfopäivät kaikissa kaupungeissa. Kävimme lävitse seuraavan infon aiheet, joista miellyttävien oli yhteisten palveluiden henkilöstön tulospalkkion jakaminen. Kysyimme henkilöstöltä,

miten yhteiset palvelut ovat hommansa hoitaneet, ja eniten toimintaansa viime vuoteen verrattuna petranneet palkitaan.

## Iltapäivä

Lounaan jälkeen meni aika tovi puhelimessa, mikä on kyllä nykyisin jo aika harvinainen tapa käyttää työaika. Yritin sopia tapaamista paikallisen yritysjohdajan kanssa, mikä ei aivan helpolla onnistunut. Puhelu taisi kiertää kolmella ihmisellä ennen kuin löysi oikean osoitteen. Lisäksi yritin tavoittaa äkilliselle sairaslomalle jäänyttä esimiestä, mutta päädyin toistuvasti puhumaan vastaajalle. Emme varmaankaan ole ainoa työyhteisö, jossa suunnittelemattomat sijaisuudet heittää hiekkaa rattaisiin.

Täydellä vatsalla oli suorastaan ilo naputella budjettitekstejä. AMK:n rahoitus on jo monta vuotta mennyt alaspäin, eikä vuosi 2017 poikkeusta tule tekemään. Viime vuosina olemme käyneet useita YT-kierroksia, vähentäneet käytössä olevia tiloja kaikissa kaupungeissa, ja eläneet viimeisen päälle tarkan markan aikaa. Kateeksi käy edellisiä johtajasukupolvia, jotka totuivat jatkuvaan kasvuun ja uuden rakentamiseen. Ei siitä mihinkään pääse, että jatkuva ein sanominen ja hyvienkin ideoiden torppaaminen resurssipulaan vetoamalla tuntuu tympeältä.

Iltapäivällä kävin notkumassa henkilökunnan taukotilassa. Porukasta näkee kyllä päällepäin, että lukukausi lähenee loppuaan. Opettajan hommissa työt eivät useinkaan jakaudu kovin tasaisesti, vaan tyypillisesti lukukausien alut ja varsinkin loput kuormittaa muita aikoja enemmän. Osa jutuista on semmoisia, ettei oikein nopeasti osaa päättää, pitäisikö niille itkeä vaiko nauuraa. Tämä porukka on totisesti joulutaukonsa ansainnut.

Iltamenoja omaan työhöni liittyy varsin vähän, ns. kukka ja kakku -komennukset ovat enemmän talon toimitusjohtajan heiniä. Lampelan Martti on kuitenkin sikäli omituinen otus, että hän ei urheilusta eikä varsinkaan penkkiurheilusta paljon perusta. Näin minä pääsen ehtoolla isännöimään Woman Volleyn peliä. Katsomo on hyvin lähellä peliareenaa ja peliväline sen kokoinen, että ilman hidastuksiakin erottaa missä se kulkee. Jos ette ole käyneet, niin suosittelen, ja varsinkin naisten pelit ovat jännittäviä; ei nääs pallo useinkaan ihan toisella iskulla kuole.

## Oma työ

Parasta tässä hommassa on työn vaihtelevuus, ja mahdollisuus vaikuttaa sen sisältöön. Jossakin mittakaavassa voi valikoida mitä tekee ja milloin, ja onnistumisen seurannassa tärkeintä on se, että on itse tyytyväinen. Ikävää on puolestaan se, että pääsääntöisesti työ on negatiivisesti sävytynyttä. Ei vararehtoria yleensä kaivata, kun asiat sujuvat hyvin, mutta ovi rupeaa käymään siinä vaiheessa, kun joku ei tee omaa osaansa, aikataulut pettävät tai avaintyöntekijä putoaa sängynpohjalle juuri silloin, kun siihen ei missään nimessä olisi varaa. Joku voisi sanoa, että ammatinvalintakysymys: jos esimieshommiin rupeaa, niin ongelmanratkaisusta on parasta tykätä.

Oppilaitos on monella tavalla antoisa työpaikka. Virheisiin suhtaudutaan lempeämmin kuin suomalaisessa työelämässä keskimäärin, hyvinkin omaperäisin kokeiluihin saa kohtuudella väkeä mukaan, ja iän karttuessa yhä enemmän osaa arvostaa sitä, että päivittäin saa olla tekemisissä itseään fiksumpien nuorien ihmisten kanssa.

*Reijo Tolppi*



## Opettajan päivä: Tarinoiden tapailua ja tiimityötä

*Aika ennen kellonsoittoa on minun henkilökohtainen aivoriiheni ja suunnitteluajani.*

Aloitin jokaisen työamun unen ja valheen rajamailla miettimällä, mitä kukin päivä tuo tullessaan. Niin tänäkin maanantaina. Aika ennen kellonsoittoa on minun henkilökohtainen aivoriihen ja suunnitteluajan. Se on erikoinen mielentila, jonka aikana olen saanut jostakin ”ylhäältä” valmiina jopa yhden juhlan ohjelmineen, lauluineen kaikkineen. Ehkäpä alitajuntani on vain asetellut palikoita oikeaan järjestykseen yön aikana, mene ja tiedä.

Aamuni alkaa aina 6.30 kahvinkeittolla ja lääkkeenotolla. Nykyisin syön puuron ja marjoja sekä pari mukillista mustaa kahvia. Niiden avulla jaksan hyvinkin puoleen päivään.

Minun onnekseni omat ekaluokan oppilaani tulevat kouluun vasta klo 8.30, keskiviikkoisin 9.45. Tämä koulunaloitus aika sopii minun sisäiseen rytmiini hyvin. Ehdin lukea Wilma-viestit ja vastailla niihin ennen oppilaiden tuloa. Samoin luen työsähköpostini ja käynnistän luokkahuoneen koneet.

Klo 8.30 alkaakin sitten tapahtua, kun oppilaat saapuvat kouluun. Kaikkina muina arkiamuina paitsi keskiviikkona aloitamme äidinkielen tunnilla. Oppilaani jakaantuvat kukin omaan ryhmäänsä, jossa jokainen saa taitojansa vastaavaa täsmäopetusta. Tällä hetkellä 24 oppilastani jakaantuu ensimmäisellä tunnilla peräti neljän eri opettajan hoiviin. Minulle jää opetettavaksi 16 oppilasta ja lisäksi kaksi oppilasta kollegani kakkosluokasta. Jokainen saa oppia ja edetä omaa tahtiansa edellyttävällä tavalla. Keskipäivän tunnit ovat yleensä taito- ja taideainetunteja. Silloin luokassamme on yhteensä 48 oppilasta, mutta ainoastaan ja vain aamupalaverin ajan.

Keskipäivä aloitetaan siis aamupalaverilla, jossa katsomme päivämäärän, kuukauden ja vuoden sekä englanniksi että suomeksi. Sitten käymme läpi kuvallisen päiväjärjestyksen avulla oppitunnit sekä katsomme poikkeukset kullekin päivälle. Se auttaa oppilasta hahmottamaan ja jäsentämään koulupäivänsä. Aamupalaverin jälkeen meillä on maanantaisin 48 oppilasta jakaantuneina kahteen ryhmään siten, että yksi opettaja opettaa toiselle ryhmälle ympäristö- ja luontotietoa ja kaksi opettajaa ja kaksi henkilökohtaista ohjaajaa on käsityöaskartelussa. Kahden peräkkäisen käsityöaskartelutunnin välissä käymme syömässä ja välitunnilla.

Näiden tuntien jälkeen ekaluokkalaiset lähtevätkin kotiin ja tokaluokkalaiset jatkavat vielä äidinkieli-matematiikka yhdistelmätunnilla. Toinen puoli luokkaa jää yhden opettajan kanssa opiskelemaan matematiikka. Toinen puoli luokasta jakaantuu kahteen osaan siten, että isompi porukka lähtee kahden opettajan kanssa opiskelemaan äidinkieltä. Minulle tulee kahdesta luokasta oppilaita, joiden kanssa me opiskelemme äidinkielen asioita hitaammin ja perusteellisemmin.

Koen tämän itse kehittelemämme samanaikaisopetuksen tavan työskennellä erittäin hyväksi ja antoisaksi sekä opettajan että oppilaiden näkökulmasta katsottuna. En enää palaisi vanhaan tapaan työskennellä yksin omissa luokassa mistään hinnasta.

Toinen luokka lähtee kotiin klo 13.30. Sen jälkeen minulle tulee vielä päivän päätteeksi kolmasluokkalaisten pieni ryhmä opiskelemaan äidinkielen asioita. Nyt loppukeväästä olemme innolla puurtaneet tarinoita chromebookeilla. On ihanaa huomata kuinka paljon kolmannen luokan oppilaat ovat edistyneet talven aikana.

Työni antaa minulle joka päivä erilaisia haasteita, koska luokkaani on integroitu myös tukea tarvitsevia oppilaita ja erityisoppilaita. En enää pidä sanasta erityisoppilas, vaan jokainen oppilas on mielestäni erityinen ja tarvitsee omien kykyjensä mukaista opetusta. Tähän haasteeseen olemme onnistuneet kehittämään hyvän ja toimivan systeemin. Työni palkitsee minua joka päivä, koska saan työskennellä ihanien, aitojen lasten kanssa. Lisäksi uusi tiimityön muoto on todella hyvä tapa työskennellä. Siinä sivussa hoituu myös työnohjauksellinen puoli, kun päivittäin jakaa ilot ja murheet usean eri opettajan kanssa. Tällainen tapa työskennellä edellyttää mielestäni sitä, että työparit ja työtoverit ovat samalla aaltopituudella ja heillä on samanlainen käsitys oppimisesta. Minulla on onni olla osa hyvää työyhteisöä.

*Anne*





PEXELS

## **Metsätalouden tiedottajan päivä: Tapahtumasuunnittelua, someseurantaa ja yllättäviä käänteitä**

*Työssäni arvostan sitä, että saan kertoa ihmisille maailman pelastamiseksi elintärkeän alan toiminnasta.*



Kellon soidessa päivä alkoi rutiininomaisesti. Kahvit tippumaan, suihkuun ja vaatteet päälle. Aamu TV:n ääressä pari kuppia kahvia ja koiraa ulkoiluttamaan ennen töihin lähtöä.

Työpäivä alkoi parin poissaolopäivän jälkeen sähköposteja selaillessa ja niitä seuranneita tehtäviä toteuttamalla. Mainostuksesta päättämistä, mainoksen tekoa kuvankäsittelyohjelmalla, tiedon hankintaa, viestintäsuunnitelman päivittämistä ja toteuttamista, keskusteluja henkilöstön ja johdon kanssa jne. Työhön kuuluu myös lehtien ja somekanavien seurainta ja keskusteluihin osallistuminen tarvittaessa.

Mielen päällä pyörii myös tulevien tapahtumien järjestäminen, vastuuden jakaminen ja tehtävien edistymisen seuranta. Työn alla on Kansainvälisen Metsien päivän tapahtuman, talon metsureiden mestaruuskilpailun paikan järjestäminen ja Sahanperän Savotan järjestelyt. Hieman ajatukset harhailevat myös kuntavaalin kampanjoinnissa, johon suuntaan työpäivän jälkeen.

Päivä on aika tyyppillisen epätyypillinen. Tiedottajan päivät eivät juuri koskaan ole samanlaisia ja yllättäviä käänteitä tulee joka välissä. Niihin on sopeuduttava, mutta vaihtelu tekee työstä erittäin mielekkään. Työhön kuuluu paljon keskusteluita erilaisien tahojen ja ihmisten kanssa ja sen vuoksi työ antaakin loistavat verkostot asioiden eteenpäin viemiseksi.

Työssäni arvostan sitä, että saan kertoa ihmisille maailman pelastamiseksi elintärkeän alan toiminnasta. Ilman uusiutuvan puun käyttöä olisimme tyystin fossiilisten raaka-aineiden varassa, eikä ilmasto kestäisi sitä. Suomi on maailman paras maa ottamaan huomioon myös luonnon monimuotoisuuden metsien käytössä ja siitä jokaisen suomalaisen tulisi olla ylpeä!

Illalla luvassa vaalityön jälkeen Sami Hedbergin ja Niko Kivelän Stand Up -keikka vastapainoksi aherrukselle!

*Juri Laurila*

# Toimitusjohtajan päivä:

## Jääolosuhteiden simulointia ja jalkatyötä

*Tekniikka on helpottanut ja tehostanut työskentelyä, mutta työtehtäviä on tullut lisää.*

Kerronpa eilisestä työpäivästä, joka kesti noin 17 tuntia. Aamulla viideksi lentokentälle ja taksikuskin kanssa peruskelikuulumiset. ”Saisi jo talvi tulla” oli johtopäätöksemme. Lento RVN–HEL–TKU eli Turkuun piti päästä ArcMaTe -suunnittelukokoukseen ja työpajaan. ArcMaTe = Arctic Marine Testing, Training and Research Center. Tällä hetkellä liikenne- ja viestintäministeriö koordinoi ja kaupungit Kemi–Oulu–Pori maksavat konsulttilaskut. Mukana on useimmat rannikkokaupungit ja organisaatiot, jotka ovat jotenkin tekemisissä arktisiin meriin liittyvien toimintojen kanssa. Kansallinen hanke siis.

Lennot ja lentokentät torkkuen ja 125 sivun Rambollin laatimaan taustamateriaaliin tutustumista. Törmäsin BusinessOulun Olli Löytynjojan Helsinki–Vantaalla ja jatkettiin yhdessä matkaa Turun Auriga Centeriin, jossa majoilee myös Aboa Mare–merenkulkualan kouluttaja. Päästiin tutustumaan Suomen ainoaan jäistä merta simuloivaan oppimisympäristöön (harvinainen simulaattori maailmassa). Jääolosuhteiden simulointi on erittäin haastavaa. (Turussa oli muuten vielä lehti puussa ja osittain vihreää.)

Jos Koillisyväylä avautuu entistä suuremmalle meriliikenteelle, niin jossakin ne miehistöt ja päällystöt on koulutettava. Arktista merenkulkua määrittävä Polari-koodi tulee voimaan 2017, kun-

han valtiot pääsevät sopuun. Trafissa uskotaan, että pääsevät. Turusta löytyy siis harvinainen jääsimulaattori ja Perämerellä, vaikkapa Kemin edustalla löytyy mukavasti jäisiä luonnonolosuhteita, jossa harjoitella. Perämeren jäät eivät ole täysin verrannollisia Koillisyväylän olosuhteisiin, mutta jäätä kuitenkin.

Turussa sitten suunniteltiin ja pidettiin pienet työpajatkin. Kemin intressi on saada arktisiin meriin liittyvää koulutusta, harjoittelua, testausta, kenttätutkimusta ja demoamista Perämeren jääkentille. Kemin satama ja merialue on tarjonnut arktiset puitteet erilaisille harjoituksille ja yritysten demotilaisuuksille useina talvina.

Neljän kieppeissä hyvästeltiin turkulaiset isännät, otettiin taksi ja sitten lento Helsinki–Vantaalle jatkamaan palaveria Löytynjojan Ollin kanssa. Finnair Lounge on mainio kohtauspaikka ja sopii pikku palavereihin, paitsi ruuhka-aikana. Siellä voi työskennellä ihan eri tavalla kuin muualla terminaalissa... ja voihan siellä syödä ja juoda jne. Korostuu silloin kun työmatka ja pitkä vaihtoaika.

No, sitten viimein n. 21.40 RVN ja taksilla Siwan kautta kotiin n. 22.00. Olihan se takki vähän tyhjä. Tänään aamuna sitten seitsemältä Kemiin Digipolikseen.

Tää edustaa kohtuullisen hyvin varsin epäsäännöllistä työtäni. Toimintopäiviä on ehkä keskimäärin kaksi viikossa ja nekin menee neukkareissa. Vois sanoa, että työhuoneeni on lähinnä sekava paperivarasto, jonka keskeltä löytyy paikka läppäriille. Kodin keittiöpöydän nurkka ja auton etupenkki edustaa enemmän toimistoani nykyään.

Vaikka etäkokouksia pidetään entistä enemmän, niin silti pitää matkustaa yhtä paljon tai enemmänkin kuin ennen. Tekniikka on helpottanut ja tehostanut työskentelyä, mutta työtehtäviä on tullut lisää. Digipolis Oy:ssä on kymmenen henkilön tiimi. Nykyään koko porukka on koolla toimistolla ehkä kerran kahdessa kuukaudessa. Porukka on menossa kokoajan.

Kehitysyhtiön väen pitää kyetä toimimaan yritysrajapinnassa, mutta samaan aikaan myös TKI- ja koulutusorganisaatioiden, rahoittajaviranomaisen, eri järjestöjen, kuntien jne kanssa. Me toimitaan sitten suurin piirtein kaikissa asioissa vähintään maakunnallisesti ja entistä enemmän kansallisesti ja kv-tasollakin, niin reissua riittää.

Ja tää on sitten pääosin ihan jalkatyötä, varsinkin yritysten kanssa.

...että tämmöistä!

*Kimmo Heikka*



PEXELS



## **Vanhustyöntekijän päivä:** **Juttutuokioita, vessakierroksia ja arkista hoivaa**

*Olisi hyvä jos olisi tarpeeksi käsipareja hoitamaan  
ettei yksin tarvitsisi niin mahoton ehtiä.*



Ylös nousu klo 04:30, kahvit kiehu-  
maan. Vettä iso lasi että jaksaa, wc-  
reissu ja keittiöön kahville aamupalalle  
ja pitää muistaa ottaa myös lääkkeet.  
Pesulle, vaatteet päälle ja tarkistus  
onko puhelimeen tullut mitään tärkeitä  
viestejä. Siinäpä touhutessa kello on  
jo kerinnyt niin että on aika suunnata  
kohti työpaikkaa. Auton haku tallista  
ja tielle.

40 minuutin aikana ehtii käydä läpi  
monia asioita ennen kuin kaartaa työ-  
paikan pihaan. Jos on kylmä ilma auto  
peiton alle ja roikkaan, että on lämmin,  
kun illasta lähtee kotia.

Osa asukkaista on jo ovella vastas-  
sa, kellä mitään huolia kerrottavana.  
Pukuhuoneeseen ja aamukuulumiset  
toisilta työkavereilta. Sitten taukoho-  
neeseen yökön raporttia kuulemaan,  
kuinka on ollut levotonta vaiko rauhal-  
lista. Siinä kahvia hörppiessä sovitaan  
kuka menee minnekin ja lähdetään  
töihin.

Puurokärry mukaan ja osastolle,  
siellä mummot ja papat jo istuu ja odot-  
taa. Huomenet sanotaan työn lomassa  
ja kysellään vessaan halukkuutta. Yksi  
mummo hyppää heti ja suuntaa kohti  
wc:tä niin tulee toinen ja kolmas ja niin  
edelleen niin kauan, että kaikki on päi-  
vävaatteissa ja ruokapöydän ympärillä.

Siinä jutellaan niitä näitä samalla  
kun aamupalaa jaetaan sekä jokaisen  
henkilökohtaiset lääkkeet. Joku lyö  
hanttiin ettei ota tänä aamuna lääkkeitä  
koska ne on myrkkyyjä. Menee jonkin  
aikaa ennen kuin saa perille selostettua  
että juuri nämä lääkkeet on kyseiselle  
henkilölle hyvät. Lopulta taivuttelu  
voittaa ja kaikki on lääkkeet syöneet ja  
puurot.

Sitten tarkistetaan kenellä on pesu-  
vuoro, jotkut lähtisi vaikka joka päivä  
toisia saa houkutella monet kerrat  
ennen kuin onnistuu. Niin oli tänäkin  
aamuna vuorossa mummo joka pelkää  
vettä. Siinä puhuttiin kaiken mailman  
asiat läpi ennen kuin löydettiin yhtei-  
nen sävel ja suihkuun. Vielä sielläkin  
meinaa karata muutaman kerran mutta  
lopulta onnistuttiin ja saatiin pestyä ja  
puhtaisiin vaatteisiin. Jälkeen kiittää  
kauniisti ja menee toisten luo istumaan.

Kello onkin jo ehtinyt niin pitkälle,  
että on oman kahvitauon aika. Siellä  
vaihdetaan kuulumisia eriosastolta,  
sekä pähköillään ilmenneitä ongelmia.  
Muutama asukas tahtoo valikoida hoi-  
tajansa eikä anna muiden tehdä juuri  
mitään. Käydään vähän avittamassa  
samalla kun viedään likaisia vaatteita  
pyykitutpaan ja lajitellaan koneeseen.

Taas osastolla jutellaan asukkaille ja  
kysellään vointia. Seurataan vatsantoi-  
mintoja ja käytetään taas vessakierros  
ennen lounasta. Ennen asukkaiden lou-  
nasta käydään itse vähän syömässä että  
jaksaa. Sitten onkin jo lounasaika. Taas  
asukkaat kerätään pöydän ympärille ja  
aletaan jakamaan ruokaa.

Lounaan jälkeen taas vessakierros  
ja päivälevolle viedään heidät jotka  
haluavat oikasta selkää. Sitten tiskit  
koneeseen ja pyörimään. Siivotaan  
jäljet ja kerätään roskat pois vietäviksi.  
Mennään koneelle toimistoon kirjaa-  
maan asukkaiden hoitotoimista.

Se onkin sitten jo iltavuorolaisille  
raportin anto ja omat päiväkahvit siinä  
samalla. Ja taas mennään vielä osas-  
tolle iltalaisen kaveriksi kunnes itsellä  
tulee päivä täyteen ja voi lähteä kohti  
kotia. Toiset päivät on yllätyksiä  
täynnä, toiset hyvin rauhallisia.

Nämä muistisairaavat ihmiset ei ole  
yhtenäkkään päivänä samanlaisia, löytyy  
aina jotain yllättävää. Työ on siinä mie-  
lessä palkitsevaa kun huomaa kuinka  
onnellisia nämä on vähästä. Pienestä  
hetkestä jonka viettää vierellä.

Olisi kyllä aivan ihanaa kun olisi  
enempi aikaa tehdä muutakin kuin  
syöttää vessattaa ja suihkuttaa.

Sosiaalialalla kiristetään koko ajan,  
työntekijöitä vähennetään ja töitä lisä-  
tään. Työntekijät ajetaan ahtaalle kun  
ei ole enää aikaa paljon ylimääräiseen  
kun kaikki on kiristetty minimiin.

Olisi hyvä jos olisi tarpeeksi käsi-  
paria hoitamaan ettei yksin tarvitsisi  
niin mahoton ehtiä. Olisi enempi aikaa  
yhdele vanhukselle.

*Kiireeseen väsynyt*



## **Strategiapäällikön päivä: Fasilitointia, säätämistä ja kehittämistä**

*Päivät ovat sillä tavalla kuormittaviakin,  
ettei työpäivän aikana pääse hengähtämään – tuttua varmasti meille kaikille.*

Keskiviikko. Vuorossa on edunvalvontaan liittyvä tilaisuus, jossa elinkeinoelämän edustajat kokoontuvat päivittämään akuutteja ja tulevia edunvalvontaan liittyviä asioita. Tämän päivän akuuteimmat ovat metsähallituslaki sekä rajanylityspaikkojen nimenmuutoksiin tähtäävä asetus. Lapin kannalta eivät niin yksinkertaisia asioita.

Tilaisuus alkaa klo 10.00. Aamun valmistelen päivää muutaman tunnin kotoa käsin. Siinä sivussa hapaisen aamupalan ja toimitan lapset koulutielle ja eskariin. Onneksi kotonakin oleva varustus on jo hyvää keskiluokkaa, joten saan kokoon fläppipapereita, tuseja, maalarinteippiä ja post it -lappuja. Työpajojen tärkeimmät varustukset. Viime tingassa vielä silmäilen läpi edellisenä päivänä valmistuneen alustuksen siitä, miten verkoston tulisi organisoitua, jotta se olisi tehokas. Tämä on yksi päivämme agendoista – tehokas ja tuloksekas toimintamalli.

Tähtään tapahtumapaikalle klo. 9.00 jotta ehdin tsekata paikan ja sen tarjoilut. Henkilökunta on paikalla ja kahvinkeitto aloitettu – se on hyvä. Tilan järjestäminen jää minun kontolleni ja säädän projektoripöytää paikalle saapuneen kollegan kanssa. Se onnistuu, mutta kuten niin tavallista, tietokone aloittaa temppuilun. Jännitystä ilmassa siis. Koneen sammutuksen ja uudelleenkäynnistämisen jälkeen saan kuin saankin päivän esitykset vietyä työpöydälle ja avattua valmiiksi. Työstä se käy kyllä aina tämä säätäminenkin.

10.00 on porukka paikalla ja kahvien lomassa pääsemme aloittamaan. Ensimmäiset pari tuntia saan olla kuuntelijan ja kommentoijan roolissa. Keskustelua syntyy ja se on hienoa – päivän tarkoitus täyttyy jo miltei sillä.

Ennen lounasta on minun vuoroni. Hyödynnän esityksessäni Työelämä2020 -hankkeen materiaalia verkostotyöstä. Tämä esitysvuoro tuli hieman yllättäin, mutta aineisto oli hyvä ja siitä saimme keskustelun pohjaksi tarvittavaa näkökulmaa ja se ajoi siten asiansa.

Lounaan jälkeen siirryimme työpajatyyliseen työskentelyyn, jossa roolinani oli toimia fasilitaattorina. Onni on asiantuntevat, aktiiviset keskustelijat. Toiminnan lähtökohdat, tavoitteet ja toimintamallit alkoivat hahmottua. Paperit täyttyivät tavarasta ja suurin haaste oli pysyä fokuksessa ja karsia rönsyjä. (Ihan en tiedä onnistuinko, mutta ainakin etenimme kohti lopputulemaa)

Kahvin jälkeen aloitimme päivän yhteenvedon ja tässä teimme yhteysjohtajan kanssa tiimityötä. Osanani oli koota muistiota johtopäätöksistä. Hyvillä mielin päätimme päivän ja vielä kotona lähettelin osallistujille päivän esitykset ja muistion raakileen. Hyvä, aktiivinen päivä – näitä mahtuu strategiapäällikön arkeen. Päivät ovat sillä tavalla kuormittaviakin, ettei työpäivän aikana pääse hengähtämään – tuttua varmasti meille kaikille.

Tästä olikin hyvä siirtyä loppuviiikon keventelyyn, sillä teen vielä tällä hetkellä 60% työaika, koska toipuminen pitkästä sairastamisesta/sairaudesta on vielä kesken. Mutta miten loistavaa, että on mahdollista palata työn touhuun tällä tavalla hidastetusti, sillä osaltaan työ on parasta kuntoutusta, tycker jag.

*Mervi Nikander*





## Ei-vielä-eläkeläisen työpäivä: Normityötä ja tyytyväisiä asiakkaita

*”Katsotaan vielä tämä vuosi”*

Kuluvan kuun alussa sain eläkepäätöksen. Olenko nyt siis se fossiili, joka estää nuorta ihmistä pääsemästä elämänsyrjään kiinni? Tätä olen mietiskellyt työmatkan aikana aamulla ja illalla.

Työpäiväni alkaa normaalisti heräämisellä aikaisin aamulla ilman kellon soittoa. Toimittelen kaikessa rauhassa aamutoimet ja laitan vaimolle kahvia pulloon. Töihin kuljen kävelemällä.

Joka aamuinen auton käynnistäminen on saanut jäädä työpaikan ja asunnon muututtua lähemmäs toisiaan. Tämä asunnon vaihtaminen, eli asuntolaina on yksi syy, miksi en halua jäädä eläkkeelle – vielä.

Työpaikalla olen usein ensimmäinen ja siitä seuraa pientä puuhastelua, valojen sytyttelyä, lukkojen avaamisia ja tietokoneiden käynnistelyä. Vilkaisen edellispäivän maksupääteraportit ja laitan ne odottamaan asiantuntijan käsittelyä.

Asiakkaiden ilmestyttyä toiminta pyörähtää käyntiin. Joskus saa positiivista palautetta asiakkaalta, joka tullessaan kertoo kuulleen kaveriltaan, että meneppä tämän henkilön puheille, tai kun asiakas lähtiessään sanoo, että olisi pitänyt tulla jo paljon aikaisemmin.

Yhtäkkiä on taas aika lähteä kotiin, yhtäkkiä on taas perjantai ja juhannus ja sitten uusivuosi.

*Katsotaan vielä tämä vuosi*



## Opettajan erilainen työpäivä: Hippejä, hajuvesipilviä ja ainutkertaisia kohtaamisia

*Työasiatkaan eivät olleet edenneet kohdallani mihinkään...vai olivatko? Olinhan tutustunut uusiin ihmisiin ja käynyt kokemassa Intiaa ja Amerikkaa...ainakin teoriassa.*

Tyypillinen opettajan työpäivä alkaa jo ennen kuin se alkaa. On meinaan parempi olla ajoissa oppitunnilla kuin myöhässä. Mikäli ei siis halua varmistaa, että päivässä riittää vauhtia ja kaikenlaisia tilanteista. Tyypillinen opettajan päivä koostuu puheluista huoltajien sekä eri yhteistyötahojen kanssa, palavereista, Wilma-viesteistä, sähköposteista, pedagogisista asiakirjoista, oppilaiden välisten erimielisyyksien selvittelyistä, työryhmien kokouksista, jatkuvasta arvioinnista sekä palautteesta ja paljon muusta.

Ennen kaikkea opettajan päivä koostuu unohtumattomista kohtaamisista maailman parhaiden oppilaiden kanssa sekä yhteistyöstä työkavereiden kanssa. Siinäpä onkin niin huippusakkia, että moisesta en kuuna päivänä olisi osannut edes unelmoida. Voiko olla totta, että samalla kun tekee työtä, saa viettää aikaansa hyvien ystävien seurassa? Joka aamu on hyvä mieli mennä töihin... Niin, vaikka sitten olisikin keittiövuoro henkilökunnan huoneessa. Mutta se on tarina erikseen.

Tyypillisiä työpäiviä ja tulee ja menee ja hyvä niin. Tyypillinen työpäivä tekee osaltaan arjesta turvallista ja mukavaa, leppoisaa. Tällä kertaa ajattelin kuitenkin kertoa aivan epätyypillisestä työpäivästä. Siis ihan tyystin odottamattoman epätyypillisestä työpäivästä.

Kaikki mukana. Ainakin lompakko, puhelin, laturi sekä junaliput. Sekä tietysti käsityö. Aikamoinen junamatka edessä Rovaniemeltä Tampereelle. Toki olisin voinut valita yöjunan, mutta ajattelin kitkutella päiväjunassa moisen matkan ja nukkua kunnolla paikallaan pysyvässä sängyssä seuraavan yön. Olin siis matkalla Oppimisen tuen päiville. Kerkesin hyvin junaan pitämiltäni parilta aamun oppitunnilta. Ehdin ajatella, että Ouluun asti nautin rauhallisesta junamatkasta ottaen pienet torkut ja samalla toivoin, ettei mikään liikkuva hajuvesipilvi põlähtäisi samaan vauvuun kanssani. Migreenikohtaus olisi sillä varmistettu. Oulussa vaihtaisin ju-

naa ja pääsisin allergiahyttiin... omaan rauhaan virkkaamaan eläkepeittopaloja eläköityvän työkaverin lahjapeittoon ja viestittelemään kamujen kanssa. Ehkä jotain työjuttujakin miettin.

Mutta kuten opettajan tyypilliseen työpäivään kuuluu, monikaan asia ei mene kuten suunnittelee. En malttanut millään ummistaa silmiäni Rovaniemi–Oulu junassa. Tosin en jaksanut laskea enää yli sataan kahteenkymmeneen kukaan takanani istuvan nuoren miehen kirosanoja hänen jutellessaan kaverilleen puhelimesta. Onneksi mies puhui välillä myös vierustoverilleen, joka kertoi joutuneensa Torniossa pahoinpideltyksi. Tapahtuman jälkeen mies oli ollut kolme viikkoa koomassa ja herätessään hän oli unohtanut menneisyytensä kaksikymmentäviisi vuotta. Luulen, että siis käytännössä koko menneen elämänsä. Siinäpä sitten vaivuin ajatuksiini tämän miehen elämästä. Miten sellaisen kokemuksen jälkeen jatkaa elämää, kun kaikki läheisimmät ja rakkaimmatkin on tuntemattomia kuten kuka tahansa kadulla vastaanulija? Tätä ajatusta en tosin saanut pitkään pohdittua, kun pelkäämäni liikkuva hajuvesipilvi leijui viereiselle penkkiriville ja aloin voida pahoin. Onneksi oli enää vain pieni hetki ja saisin vaihtaa juna. Sitä ennen nappasin kuitenkin jo tutuksi tulleen punaisen pillerin suuhuni ja aloin odottaa, että lääke vaikuttaisi ja saisin pääkivuttoman elämäni takaisin.

Juna saapui Ouluun ja viereisellä raitteella jo odottelikin junani Tampereelle. Hyppäsin junaan ja etsin paikkani. Se oli neljän hengen hytti, jossa oli jo minua vanhempi nainen ja hippia muistuttava mies. Ahtauduin hyttiin laukkuineeni. Tervehdimme toisiamme ja totesin, että migreenikohtaus iski ja kiittelin, miten oivallisia paikkoja juniin on nykyään kehiteltykin. Vanhemman naisen kanssa siinä asiasta juttelimme ja hippin ilmoitti menevänsä syömään toisaalle mukanaan olevaa intialaista ruokaansa. Estelimme toki hänen aikeitaan, mutta hän ei antanut periksi, vaan lähti.

Naisen kanssa juttu alkoi luistaa, olimme kuin vanhoja tuttuja. Jossain

vaiheessa aloin haukotella ja haukotus, kuten sen tapana on, tarttui naiseen.

– Sie et ainakaan ole psykopaatti.

Olen kuullut, että haukotus ei tartu psykopaatteihin, naureskelin naiselle.

Nainen oli kuullut saman ja höpötelymme jatkui. Parin tunnin matkan jälkeen hippin tuli takaisin ja naisen sekä minun hassut jutut jatkuivat. Taas minulla haukotutti. Migreenilääke tekee minulle niin, mutta vie myös pääkivun mennessään. Tällä kertaa hippin otti haukotuksesta kiinni ja haukotteli makeasti.

– Sinä et ainakaan ole psykopaatti, totesi nainen hippille.

Ja siitäkös nauru irtosi.

Jotenkin tämä asia johti siihen, että hippin kaivoi laukustaan pari valokuvaa ja näytti ne meille. Toisessa kuvasta oli rauhallisen näköinen, vakava vanhahko mies. Emme tunnustaneet kuvan miestä, mutta hippin kertoi meille, että kuvan mies oli Intiassa (ja muuallakin maailmassa) tunnettu valaistunut. Hippin oli ollut Intiassa matkalla hakemassa sisäistä rauhaa ja joogaamassa. Hän oli tutustunut valaistuneeseen, jo kuolleen, miehen elämään ja elinpaikkaan. Hippin oli tavannut myös pyhimys äiti Amman Intiassa ja viettänyt tämän kanssa paljonkin aikaa. Hippin kertoi, että äiti Amman ympärillä oli käsittämätön rakkaus. Kuuntelimme naisen kanssa hippin hiljaa.

Jossain vaiheessa juna pysähtyi, kuten se oli tehnyt jo useita kertoja matkamme aikana, mutta emme olleet noteeranneet pysähdyksiä. Tämä pysähdys oli erilainen. Hyttiimme asteli neljän matkustajan. Hän toi mieleeni asiallisen miehen. Miehellä oli kaulassaan kaulaliina. Hän selvästikin yritti ymmärtää, mitä porukkaa hytissä oli. Taas haukotelin ja sitten haukotteli tämä asiallinen mies.

– Sä et ainakaan psykopaatti ole, sanoi hippin.

Asiallinen mies näytti miettävän kuumaisesti miten suhtautuisi selvästikin epätyypilliseen junamatkaseuraansa. Mutta hippin ei luovuttanut asiallisen

miehen suhteen vaan esitteli hänellekin valaistuneen sekä äiti Amman kuvat.

Pian keskustelu oli siinä pisteessä, että kaikki hytissä olijat olivat sitä mieltä, että Intia olisi mielenkiintoinen paikka käydä. Siitä hippin saikin idean, että voisimme kyseisellä porukalla lähteä joulukuussa Intiaan. Asiallisen miehen kanssa olimme sitä mieltä, että kyllä turvallisuus on kuitenkin asia, joka saa jättämään Intian matkan tekemättä. Samassa selvisi, että asiallinen mies oli ollut Amerikassa tekemässä tutkimustyötä ja kokenut siellä kovasti turvattuutta. Puhuimme siitä, että Suomi on kuitenkin turvallinen maa ja täällä on hyvä olla, vaikka monenlaista puhetta onkin. Päädyimme myös siihen, että asioista valittaminenkin on hyvä juttu, mutta on myös tärkeää puhua asioista, jotka meillä on hyvin.

Jossain vaiheessa kuului kuulutus:

– Seuraavaksi Tampere.

Olimme kaikki ihmeissämme, miten voimme olla jo Tampereella. Matka oli sujunut kuin siivillä. Olimme voineet jatkaa vielä matkaa ja samalla ällistytävää keskustelua. Kiittelimme toisiamme matkaseurasta ja halusimme naisen kanssa, kun tiemme erkanivat.

Juna-asemalta poistuessani mietin, miten upea ja ainutkertainen kohtaaminen meillä oli junassa ollutkaan. Olin täynnä innostusta ja energiaa, joka oli peräisin ihmisiltä, joiden nimeä en edes tiennyt. Mietin myös, että ammatti määrittää meitä kovasti. Oli hienoa, että ammattimme ei tullut oikeastaan missään vaiheessa esille.

Avasin puhelimeni. Useita whatsapp-viestejä oli tullut, ensimmäiset jo useita tunteja sitten. Käsiytänikään ei ollut kukaan tehnyt, se oli edelleen siinä vaiheessa, missä se oli kotoa aamulla lähtiessäni. Työasiatkaan eivät olleet edenneet kohdallani mihinkään... vai olivatko? Olinhan tutustunut uusiin ihmisiin ja käynyt kokemassa Intiaa ja Amerikkaa...ainakin teoriassa.

*Ope reissussa*





## Työharjoittelijan päivä: Asiakaskäyntejä ja vitamiinipillereitä

*On aina hyvä nähdä ja kuulla että minuun luotetaan ja että voin luottaa myös heihin.*



Herätys soi kymmentä vaille kuusi. Olen noussut istumaan ja sammuttanut herätyksen ennen kuin olen täysin edes herännyt. Vilkaisten petikaverini suuntaan. Kuuluu vain pieni inahdus ja paremmin asettelu, ei siis heräämistä. Nappaan vaatteeni ja kävelen tohveleissa olohuoneeseen. Laitan telkkarin päälle pienin volyymin ja käyn vessassa. Kissa tervehtii minua vessan matolla ja nousee venytellen pientä kehoaan.

Olen saanut vesitilkan kera vitamiinipillerin nieltävä kun aamulastenohjelmat alkavat. Viisivuotiaille tarkoitettun ohjelman katsominen ei närkästyttäisi niin paljon jollei tämä olisi neljäs uusinta koko sarjasta. Mutta ohjelma toimii loistavana ajastimena. Rutiniinomaiset kuvat aamuohjelmassa kertovat minulle paljonko aikaa on ennen lähtöä. Ehdin syödä ennen jakson tarinatuokiota. Sitten puen työvaatteet päälle, kännykän ja avaimet mukaan, tappelen pyörävarastossa pyöräni ulos ja lähdän polkemaan. En ole varmaan vielä kukaan kunnolla herännyt.

Ehdin usein ennen muita työpaikan taukutiloihin. Laitan kahvinkeittimen paahtamaan kahvia, vaikka en sitä itse juokaan. Laitan sen vain muille hyvää hyvyttäni. Työtoverini saapuvat yksi kerrallaan. Lyhyiden juttutuokioiden jälkeen minut otetaan mukaan töihin.

Työpäivään liittyy paljon karttojen selaamista, asiakkaiden luona vierailua, tavaroiden kantamista, autossa istumista ja ylöskirjaamista. Joskus työtä riittää koko päiväksi, toisinaan taas työn puute turhauttaa kun kotona olisi parempaakin tekemistä, mitä ei kuitenkaan jaksa työpäivän jälkeen. Saan viettää ruokatunnin kotona, josta minut haetaan vielä työpäivän toista puolikasta suorittamaan. Sitten poljen kotiin, toisinaan kaupan kautta.

Työharjoittelijana olen saanut oppia paljon tehdystä työstämme, työelämän säännöistä ja yt-neuvotteluista. Minua on kohdeltu monin eri tavoin sekä työtovereiden että asiakkaiden puolesta. On kuitenkin aina hyvä nähdä ja kuulla että minuun luotetaan ja että voin luottaa myös heihin. Välillä tuntuu kuin olisin itsekin töissä täällä. Minua kohdellaan – melkein aina – tasavertaisena. Mietin usein että saisinko minä tällaista työtä koskaan itselleni, vaikka en ole niin sosiaalinen ihminen kuin usein toivotaan. Minä nautin tästä työstä.

En minä kuitenkaan täältä töitä saa, se on tullut jo selväksi. Tämän koulutuksen jälkeen palaan työttömäksi työnhakijaksi, jonka päivärutiinit menevät pilalle, jonka pitää laatia kymmenkunta CV:tä siinä toivossa että kelpaisin jonkun palkkalistoille. Tämä kokemus on ollut rikastava tulevaa työtäni varten, mutta siihen asti minun on pärjättävä sillä vähällä, mitä työttömyyspäivärahalla saa.

# Arkistoasiantuntijan päivä: Yksi päivä asianhallintaa

*Työpäivä oli varsin tomera, saimme hävitettyä 178 mappia tilasta ja uusille asiakirjoille tuli varsin paljon tyhjää tilaa. Ihanan fyysistä ja näkyvää työtä siis ja vielä niin mukavalla porukalla!*

Päiväni alkoi lumimyrskyn jälkeisenä aamuna vuokra-auton kaivamisesta lumihangesta. Matkan varrella oli tosin yksi rekka (joku sai postinsa sinä päivänä myöhässä) ja henkilöauto ojassa, mutta ilmeisesti henkilövahingoilta vältyttiin, onneksi. Työpäivän jännitys alkoi siis arkisilla ajokelin arpomisilla, mutta onneksi lumisade lakkasi ja lopulta oli liukkaasta kelistä huolimatta turvallinen matka Rovaniemeltä Kemiin.

Kemissä minua odotti innokkaita työkavereita alkamaan päivän urakkaan, arkistotilan järjestämiseen. En ollut aiemmin käynytkään kyseisessä arkistotilassa, joten vähän jännitti, että minkälainen järjestys tai kaaos siellä odottaisikaan.

Jokseenkin kauhistuttavaa oli nähdä epäkelvollisiin arkistokoteloihin laitettuja asiakirjoja, mutta onneksi niissä olevat aineistot osoittautuivatkin jo iältään niin vanhoiksi, että saimme hävittää ne. Sitten minua jaksaa aina ihmetyttää, miten ihmiset suhtautuvat dokumentointiin, asiakirjojen käsittelyyn ja arkistointiin, siis paperimuodossa oleviin tässä tapauksessa. Pahinta oli nähdä, kun muovimappeja oli selkeästi

vaan nostettu työhuoneista sellaisenaan päätearkistotilaan, joka nyt on tarkoitettu kuitenkin hyvin pitkän ajan säilytettävälle asiakirjoille. Onneksi nekin ovat hävitettävää aineistoa, joten pääsemme nekin vielä myöhemmin tuhoamaan.

Mutta miksi ”joku” jättää omat asiakirjansa toisten tallettaviksi?? Miksi on niin vaikeaa huolehtia oman työnsä ja tehtäviensä dokumentoinnista tehtävän elinkaaren alusta loppuun asti? Minulle se näyttää siltä, että siinä kohti on tilanne sama kuin ihminen kävisi vessassa ja jättäisi takapuolensa pyyhkimättä.

No, meidän työpäivä oli siis varsin tomera, saimme hävitettyä 178 arkistokoteloita (mappia) tilasta ja uusille asiakirjoille tuli siis varsin paljon tyhjää tilaa. Ihanan fyysistä ja näkyvää työtä siis ja vielä niin mukavalla porukalla!

Tämä oli harvinainen työpäivä sinänsä, mutta sen teki mielekkääksi ihanan avuliaat työkaverit, heille siis suuri kiitos! Yksin me ei todellakaan olla mitään, eikä kenenkään tarvitse elämässä yksin selvitäkään. Yhteistyössä on todellakin voimaa.

Päivän päätteeksi ajoin työkaverini kanssa takaisin Rovaniemelle – tosin sen jälkeen, kun hän oli aikansa etsinyt kadottamiaan avaimiaan. Otin pikasoi-ton virastomestarille ja siinä selvisikin, että työkaverini avaimet ovat häntä odottamassa Rovaniemellä. Sinne lumihankeen ne olivat siis aamulla pudonneet ja joku ihana ihminen oli vienyt ne talteen virastomestarille. Matka kotiin sai alkaa aurinkoisessa kelissä, loppu hyvin, kaikki hyvin. Olin oikein tyytyväinen työpäivääni, kerrankin. :)

*Työ on tehty, kun se on dokumentoitu*



Merja Raatikainen, YHA



## **Palvelupäällikön päivä: Innovaatioita ja tekemisen paloa**

*Tähän työhön on helppo rakastua*



Se oli taas tavallinen maanantai. Puhe-  
lin pirahti ensimmäisen kerran jo kis-  
koessani sukkahousuja jalkaan. Yhdellä  
kädellä nyhdettyinä nekin napsahivat  
kahtia. Olkoot, perkuleet. Niitä kuiten-  
kaan kukaan näe.

Yrittäjän äänestä paistaa innostus.  
Innovaatioseteliä olisi vailla innostuk-  
sensa tueksi. Ja sitä myöten palve-  
lua, mihin AMK:n kädet uppoisivat.  
Minähän autan, lupasin. Silmäpakojen  
kanssa samaa kyytiä siis maantielle.

Takahuoneen siirappisen kahvin  
tuoksu tulvii nokkaan jo astuessani  
yritykseen sisään. Tuohonkin oppii  
tykästymään kunhan vain maha kes-  
tää riittävän harjoittelun. Eikä pientä  
kipruiluakaan huomaa kun pääsee no-  
kikkain asiastaan innostuneen ihmisen  
kanssa. Sillä ihmiset sen yhteistyön  
tekee, ei organisaatiot. Sen olen huo-  
mannut monta kertaa. Eikä ensikoh-  
taamisessa lihan voimaa voita mikään  
etäväline.

Milloin on kehitetty brändiä, mil-  
loin toimintamallia tai -menetelmiä,  
toisinaan jähkattu henkilöstöasioiden  
parissa, hyvänä hetkenä onnistuttu  
ideoimaan ihan uutta. Villi on palo yrit-  
täjän silmissä, pelkona rahan riittävyys.  
Luotettavina meitä pidetään. Ei kovin  
ketterinä, mutta kelvollisina kuun-  
telemaan sittenkin asiakkaan ääntä.  
Kampeet meistä tekevät kiinnostavan;  
löytyy laitteita, koneita ja kokemusta.  
Niitä kun sopivasti toisiinsa yhdistää,  
löytyy lähes aina molempia tyydyttä-  
vä ratkaisu. Ja kun yrittäjä on kerran  
kehittämisen pyörän käyntiin saanut,  
ei se rukki hevin hyydy. Lapaset kiinni  
vaan rattaaseen niin siinä se AMK:kin  
keikkuu kehittämisessä mukana.

Tälle yrittäjälle oli uni tuonut idean.  
Liekö yrittäjän nukkumatilla tavallista  
tuhdimmat esanssit.

Tähän työhön on helppo rakastua. Ei  
voi koskaan tietää, mikä vastassa on.  
Huomaanko olevani syvällä maan alla  
vaiko korkealla nosturissa. Onko vas-  
tassa millainen yritys ja yrittäjä, idea  
tai ilmiö. Kokemukset avautuvat kuin  
joulukalenterin luukut yksi kerrallaan  
ja minun tehtäväni on pitää pää kirk-  
kaana, kuunnella ja ideoida uusia rat-  
kaisuja. Yhdistellä niissä koko AMK:n  
voimia osaamisaloihin ja koulutuksiin  
katsomatta. Taiteilla rajapinnoilla kui-  
tenkin muistaen, että pettynyttä asia-  
kasta ei tarvitse kohdata kuin kerran.  
Sen jälkeen ovi pysyy kiinni.

En mahtuisi enää mitenkään yhden  
osaamisalan tai koulutuksen laatik-  
koon. On sen verran huikeaa nähdä,  
mitä koko AMK:n koneistosta irti saa.  
Me olemme niin paljon enemmän kuin  
osiemme summa, sen olen monta ker-  
taa päiväni päätteeksi huohtanut. Voi  
miten sen viestin saisin vesijohtoveteen  
uitettua. Ja palvelutoiminta on niin pal-  
jon enemmän kuin muutaman miljoon-  
nan bisnes. Se on aluevaikuttavuutta,  
yrityskehittämistä, uuden luomista ja  
näytillä oloa koko sillä olemuksella,  
mitä tämä kovasti arvostamani koneisto  
verkostoineen parhaimmillaan on.

Olen etuoikeutettu työskennellessäni  
Lapin AMK:n liiketoiminnan palvelu-  
päällikkönä.

Ps. ja ne sukkahousut. Ei niitä kukaan  
siinä tohinassa huomannut. Parempi  
siis kun ei liiaksi varmistella vaan  
tehemä pois!

*Mirva Juntti*



## **Toimistotyöläisen päivä: Markkinointitempauksia ja hankesuunnittelua**

*Työporukka tekee työstä palkitsevaa, ja onnistumiset paineen alla*



PEXELS

Aloitin päivän jo kotona, ennen kuin vein lapset tarhaan. Kuittasin pari työyhteisön yhteisen fb- sivuston viestiä ja luin nopeasti sähköpostit.

Vein lapset.

Tulin työpaikalle, laitoin koneen telakkaan ja jätin sen käynnistymään. Menin hakemaan kahvia. Kerroin matkalla työkaverille miksi olin valvonut yöllä työasioiden vuoksi.

Kahvikupin kanssa ryhdyin sitten ratkomaan asioita, joita olin miettinyt yöllä. Aamu meni lounaaseen asti tietoa etsiessä ja sähköposteja kirjoittaessa. Kova draivi ja työtahti tarttui myös huonekaveriin ja koko aamupäivä meni tehokkaasti, yhdessä välillä työasioita kommentoiden. Teimme myös yhteisen markkinointitempauksen kollegani kanssa.

Hain lounasta lähikaupasta.  
Söin.

Lounaan jälkeen työstin hankesuunnitelmaa, joka on työn alla. Aamun puserruksen jälkeen takki tyhjä, mutta myös suunnitelma eteni hyvin.

Ihan iltapäivän päätteeksi päivitin vielä nettisivujamme ja siinä samalla huomasin tämän kertomuspyynnön intrassa.

Nyt vielä tarkistan sähköpostit.  
Jätän tällä kertaa koneen ja puhelimen töihin. Illalla uni tulee varmasti pian, kun viime yö meni huonosti nukkuen.

Päivä oli hyvin tyypillinen, yllättäviin asioihin pitää reagoida ja välillä on kova paine. Saan työstäni paljon ja olen parhaimmillani kun on monia asioita ilmassa. Joskus se kostautuu ja en saa nukuttua.

Työporukka tekee työstä palkitsevaa, ja onnistumiset paineen alla.

*Auli*





Visit Rovaniemi

## **Hanketyöntekijän päivä: Tarralappuja, ideointia ja porojen ruokintaa**

*Ruokatunti pidettiin nuotion äärellä joen rannalla porolihipiirakoiden ja kuivalihan kera*



Luontoa elämään -hanke on Lapin ammattikorkeakoulun hallinnoima hankekokonaisuus, jossa osahankkeita toteutetaan Sallassa Nuorten työpajalla, Kemijärvellä Perhe- ja mielenterveysklinikalla sekä Rovaniemellä Eduro-säätiöllä. Hanke on rahoitettu Euroopan sosiaalirahastosta. Yhtenä toimenpiteenä hankkeessa on kokeiltu eläinavusteista toimintaa sosiaalisessa kuntoutuksessa erilaisille asiakkaille mm. koirien, hevosten ja lehmien kanssa.

Aiheeseen liittyen kokoonnuttiin osahanketoimijoiden kanssa Sallaan ideointipäivään. Tällä kertaa mukana oli viisi toimijaa eri osahankkeista sekä Naru-koira.

Niin kuin pitkien etäisyyksien Lapissa asiaan kuuluu, osa toimijoista aloitti työpäivänsä istumalla pari ensimmäistä tuntia autossa. Aamupäivä aloitettiin sisätiloissa kahvilla ja poroon liittyvällä teoriaosuudella. Päivän teemana oli poron soveltuvuus eläinavusteiseen toimintaan, ja pohdintaa aiheesta tuodaanko poro ihmisen ympäristöön vai viedäänkö ihminen poron ympäristöön. Teoria osuuden jälkeen lähdimme metsään porojen luokse. Ohjelmaan kuului porojen ruokintaa tokassa sekä harjoituksia yksittäisten porojen kanssa.

Ruokatunti pidettiin nuotion äärellä joen rannalla porolihapiirakoiden ja kiviä valihan kera. Nuotion äärellä jatkettiin päivän aiheen käsittelyä tarralappujen kanssa. Kukin toimija kirjoitti lapuille poroavusteisuuteen liittyviä asioita oman työnsä näkökulmasta. Sisätiloissa näistä lappusista sitten koottiin yhteinen tuotos poroavusteisen toiminnan mahdollisuuksista osana kuntouttavaa luontotoimintaa. Aiheesta saatamme kuulla lisää jossain hankkeen artikkelissa.

Tämä työpäivä oli ehkä keskiverto-työpäivää aurinkoisempi ja mukavampi. Osahankkeissa tehdään käytännön luontotoimintaa, joten tähän työhön sisältyy muutenkin tavallista enemmän mukavia ulkopäiviä. Toki hanketyöhön aina mahtuu niitä ”huokailupäiviä”, kun logot eivät ole kohdillaan, tai paperinpyöritysbyrokratia tuntuu toivottomalta. Mutta onneksi on ihania työkaivereita, joiden kanssa voi jakaa niin huokailut kuin auringonpaisteinkin.

*Niina Mattila*

# Muotoilijan päivä: Improvisointia ja unelmien visiointia

*Yrittäjyys on minulle alusta toteuttaa unelmia*

## Kuka olet ja mitä teet työkseesi?

Olen Julius Oförsagd, Keminmaasta lähtöisin oleva rovaniemeläinen unelmien toteuttaja. Koulutukseltani olen taiteiden maisteri ja erityisemmin muotoilija. Toimin oman yritykseni, Julius Oförsagd Company Oy:n toimitusjohtajana ja unelmoijana.

Käytännössä työhöni kuuluu luovan alan projektijohtaminen erilaisten tuotantojen ja muotoilupprojektien parissa. Tällä hetkellä teen töitä myös Lapin liitossa koordinoiden Suomi 100 -juhluvuotta Lapissa.

## Kuvaile millainen työpäiväsi oli? Millaisista tehtävistä tyypillinen työpäiväsi koostuu?

Aamuni alkaa aamiaisella ja puolen tunnin laatuajalla Lapin Kansan kanssa. Lehden luvun jälkeen menen kotona työhuoneeseen ja alan selaamaan kaikkia kymmeniä ja satoja hienoja lappilaisia Suomi 100 -juhluvuoden hankkeita, käyden jälleen läpi mitä missäkin tapahtuu ja kuinka niistä voisi kertoa

mahdollisimman monelle. Aika vierähtää ja kiirehdin toimistollemme, Lapin yliopiston uuteen start-up -keskukseen. Yritykseni tekee unelmista totta ja nyt kokosimmekin yhdessä kahden työntekijäni kanssa unelmia seinälle. Kokoamme yhteen kaikki enemmän ja vähemmän hullut ideat ja rakennamme suunnitelman miten niistä kaikista tehdään totta. Tällä kertaa päällimmäisenä pohdimme arktista muotoilua designviikkoineen ja kansainvälisine ulottuvuuksineen. Täytämme post-it -lappuja ja liimailemme niitä seinälle. Liima on paikoin heikkoa joten vitsailemme että huonoimmat ideat karsiutuvat automaattisesti pois tiputtuaan itseksensä lattialle. Syömme lounaan valoisassa Agorassa keskellä yliopisto-opiskelijayhteisöä. Lounaan jälkeen suuntaan tapaamiseen paikallisen luovan alan yritykseen jossa suunnittelemme kansainvälistä yhteistyötä ja annamme samalla vertaistukea toisillemme.

Palaverin jälkeen suuntaan kotikulmille ja talonmies-isännöitsijämme asuntoon taloyhtiömme hallituksen kokoukseen. Toimin hallituksen puheenjohtajana. Kokouksessa käymme läpi ajankohdattaiset asiat ja keskustelemme samalla myös tulevaisuudesta; mitä kaikkea

lähdemme toteuttamaan ja mihin investoimme. Hallituksessa on mainio porukka eri alan ihmisiä. Heidän kanssaan on ilo työskennellä.

Kokouksen jälkeen käyn pikamutkan kotona syömässä, vaihdan vaatteet, chattailen tulevista partiotaitokisoista joihin lupauduin rastimieheksi ja suuntaan paikalliseen anniskeluravintolaan missä on vuorossa Lentävän Poron teatterin Erikoiset iltamat. Viihdytämme kansaa improvisaatioteatterilla. Samalla viihdytämme myös itseämme ja toisiamme; improvisaatio on upea henkireikä hektisen ja kiireisen arjen keskellä. Kun lavalle hypätään, aivot heitetään narikkaan ja ollaan valmiina luottamaan toisiimme ja sanomaan JOO!

## Tuliko tänään eteen jotain yllättävää?

Yllätykseksi kaikkein yllättävintä oli huomata kuinka vaikeaa on ajatella tarpeeksi isosti ja hullusti. Se vaatii ajattelijaltaan paljon jotta uskaltautuu oikealle tasolle huimimpienkin ajatusten vietäväksi.



### **Mikä oli parasta päivässäsi?**

Hienointa päivässä oli katsoa tulevaisuuteen ja visioida unelmia. Erityisen hienoksi sen tekivät ihmiset joiden kanssa sitä sai tehdä.

### **Miten päädyit omalle alallesi?**

Minusta tuli muotoilija melko lailla sattumalta. Lukioiässä keskustelin seinäkiipeilyn lomassa erään ystäväni kanssa niitä näitä ja hän kertoi mietti-neensä muotoilijan opintoja. Innostuin, otin selvää alasta ja suuntasin opiskelemaan teolliseksi muotoilijaksi. Muotoi-

lu vei minut syvemmin luovan alan ja luovan talouden maailmaan. Yrittäjyyteen minut toi halu tehdä monenlaisia asioita sillä tavalla kuin hyvältä tuntuu. Yrittäjyys on minulle alusta toteuttaa unelmia.

### **Mikä sinua motivoi työssäsi?**

Yksi tärkeä motivaattori minulle lienee näyttämisen ja yllättämisen halu sekä halu tehdä asioita uudella tavalla. Haluan tehdä asioita jotka aiheuttavat ihmisissä positiivisia tunteita ja positiivista hämmennystä, asioita jotka tuntuvat sydämessä.

### **Mikä tekee työstäsi mielekkään?**

Valta, vapaus ja vastuu. On hienoa tarttua uusiin ja haastaviin projekteihin. On mahtavaa haastaa itseään ja pyrkiä kokeilemaan uusia juttuja.

### **Jos voisit muuttaa työssäsi jotain, mitä se olisi?**

Haluaisin vielä selkeämmän strategian toiminnalle – jotta voi saavuttaa unelmat ja haaveet täytyy määränpään olla kirkas. Nyt me olemme alkupisteessä piirtämässä etappeja tulevaisuuden kartalle.



## **Psykokinesiologin päivä:** **Luentoja, käytännön harjoituksia ja itsehoito-ohjeita**

*Parasta terapeutin työssä on kuulla ja nähdä myöhemmin kehoon ohjelmoitujen tavoitteiden toteutuneen, ja ennen kaikkea se, että henkilöllä on ollut rohkeutta tutustua itseensä ja nauttia elämästä entistä enemmän.*



”Musta tuntuu, että värit haalistuu. Musta tuntuu, että kaikki kallistuu. Unen hintaa -onko sekin päässyt nousemaan? Nukkumatti ruvennut on tienamaan!” -Musta tuntuu/Neljänsuora

Kivalo-opiston kinesiologialuento suunnitellakseni mietin esimerkkejä psyykkisistä, fyysisistä ja sosiaalisista ongelmista, joihin psykofyysisestä kinesiologisesta terapiasta olisi apua: alavireisyys ja väsymys, univaikeudet, työ- ja ihmissuhdestressi, koulu-/työpaikkakiusaaminen, pelot, esiintymisjännitys, oppimisvaikeudet, erityisherkkyydet, ravitsemus ja painonhallinta-asiat, riippuvuudet, kivut ja liikerajoitukset, siitepölyoireilu... Kokoan dia-esityksen vastaamaan kysymyksiin kinesiologiasta mihin, miksi, kenelle, miten, mitä, kuka, missä. Lisään kuvia, kuinka tasapainotuksen voi tehdä seisten, istuen tai makuuasennossa.

Kemin kirjaston lukusaliin saapuu erikäisiä kuuntelijoita. Ensin tehdään käytännön harjoituksia stressin lievittämiseksi ja vireystilan kohottamiseksi, sekä annan vinkkejä rentoutumiseen. Luennon aikana kuuntelijoille selviää, että kinesiologia on itämaisen ja länsimaisen lääketieteen yhdistelmä, psyykkisiin ja/tai fyysisiin vaivoihin, henkilökohtaisen tavoitteen/toiveen ohjelmoimiseen ja voimavarojen aktivoimiseen tätä tavoitetta kohti, sekä kehon ja mielen yhteistyön tukemiseen. Kun henkilöllä on ongelma, johon hän haluaa apua ja muutosta, vastaanotolla keskustellaan, mitä ongelma estää tekemästä ja mitä haittaa siitä on, ja sitten muodostetaan positiivinen tavoitelause, kun henkilö on kertonut, mikä on hänen toiveensa ja tavoitteensa tällä hetkellä elämässä.

Pystyn, voin, osaan, olen -tavoitteen laajempi tavoite taustalla on usein elämänilo, energisyys, mielenrauha, sekä ajatusten selkeys ja tyytyväisyys, se että tuntee olonsa hyväksi ja nauttii elämästä. Vastaanotolla aktivoidaan asiakkaan omat voimavarat, jotta energia virtaisi vapaasti tunteiden, ajatusten, fyysisen kehon ja ympäristön välillä. Kinesiologiassa ei käytetä lihasvoimaa, kinesioteippiä tai neuvoja, ja tasapainotus voidaan tehdä kaikenikäisille.

Vapaaehtoinen henkilö tulee eteen, kun näytän, mitä lihastestaus on. Lihastestaus tehdään kevyellä indikaattorilihaksen painalluksella esim. kädestä. Kerron kuuntelijoille, että alkutestien jälkeen jatkettaisiin tavoitelauseen testaamisella ja lihasvaste ilmaisee sopivan tasapainotusmenetelmän (esimerkiksi keho- tai tunnetyöskentelyä). Lihaksella, meridiaanilla, sisäelimellä ja tietyillä tunteilla on yhteys toisiinsa, ja lihas on yhteydessä aivoihin autonomisen hermoston kautta. Kinesteettisyys viittaa kehollisuuteen, sekä tuntoaistiin ja tunteisiin.

Luennolla kerron, että terapiaa on psykofyysisistä terapiaa ja tukee hyvin muita virallisen terveydenhuollon ja luontaisterapeuttien tarjoamia hoitoja ja terapioiden. Kinesiologian ammattinharjoittajat tekevät yhteistyötä länsimaisen terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Samanlaisilta vaikuttavien vaivojen tai ongelmien taustalla ovat aina yksilölliset syyt, joten myös tasapainotus on aina tilanteen mukainen ja yksilöllinen. Kinesiologi on terapeutti, ei parantaja, eikä tee diagnooseja.

Luennon aikana harjoitellaan ruoka-aineen/ravintolisän testaus kehon kallistustestillä, tasapainotetaan näkö ja kuulo, sekä tehdään äänitasapainotus. Ääni, musiikki ja esiintymiseen liittyvät asiat ovat minulle kiinnostavimmat aiheet, sillä olen itse saanut näihin liittyen erittäin paljon apua kinesiologian menetelmistä. On hienoa, kun kinesiologina voin hyödyntää myös musiikillista osaamistani tasapainotusmenetelmänä.

Lopuksi kertaan luennon pääkohdat, kiitän kuulijoita ja vastaan kysymyksiin, sekä otan vastaan ajanvarauksia ja jään keskustelemaan muutaman luennolla olleen kanssa.

Luennon jälkeen saan hyvää palautetta selkeydestä ja hyvästä kokonaisuudesta. Olen iloinen, että itsehoitovinkit kiinnostavat monia. Parasta terapeutin työssä on kuulla ja nähdä myöhemmin kehoon ohjelmoitujen tavoitteiden toteutuneen, ja ennen kaikkea se, että henkilöllä on ollut rohkeutta tutustua itseensä ja nauttia elämästä entistä enemmän. Toki myös omakohtaiset kokemukset tasapainotusten tuomista muutoksista ovat olleet kinesiologiaan perehtymisen arvoista, kun uskaltaa koko ajan enemmän todella olla se kuka on, elää tyytyväisenä tätä hetkeä!

*Tiia Karhi*

# Nuoriso-ohjaajan päivä:

## Hupparikansaa, hihastakiskomista ja aktiivista kuuntelua

*Jos pystyisin, kloonaisin itseni että voisin olla kahdessa paikassa yhtä aikaa. Silloin olisi aikaa useammalle nuorelle.*

Tässäpä erään tyypillisen päivän kulku nuoriso-ohjaajan silmin.

Tyypillinen päivän aloitus on klo 14.00, aika voi tosin heitellä 10–16 välillä riippuen siitä, miten paljon on tekemistä.

Päivä alkaa postien lukemisella, sekä etanamallin, että sähköisen. Nuorisotoimistollakin kävin.

Vastaamattomiin puheluihin on myös hyvä kiinnittää huomiota. Tekstarit ja Whatsapp-viestit myös. Ei passaa unohtaa facebookkia tai snapchattia. Vanhemmilta on tullut viestejä: ”Miten meidän pojalla menee?” ”Onko tytär jutellut entisestä poikakaveristaan?” Näihin vastataan. Joskus vanhemmat haluavat jutella lisää. Silloin etsitään sopivaa aikaa.

Ennen kaikkea tätä sattui poliisipartio olemaan lähikaupassa samaan aikaan kanssani, heiltä tärähti välittömästi minut nähdessään kysymys: Kuinkas meidän nuoret voi? Onko kesällä tulos-mopovaellusta? Puolisen tuntia siinä keskusteltiin erinäisistä asioista nuoriin liittyen, varsinkin keväästä ja mopoilun aloittamisesta. Poliisi tarjoutui myös käymään nuorisotilalla kertomassa liikenekulttuurista ja turvallisuudesta.

15:55 Päivä jatkuu, Avaan ovet n. klo 16, sisään hiippailee kummallista hupparikansaa laput korvilla ja puhelimet kädessä. ”Onko pingismailat missä?” kuuluu huudahdus, ”Kaapissa!” vastaan. Kohta kuuluu tikka-tokkatikka-tokka. Päivän ensimmäiset pelit on käynnissä. ”Onko joku keittänyt kahvia?” On. Aina joku.

16:30 Ovelta kuuluu ”Hei! Mulla ois yks juttu ku mie olin justiin jälki-istunnossa... Voiaanko jutella?” Minun ovi on aina auki ja hihasta saa kiskoa. Jälki-istunnon syyksi selviää heti teke-mättömät läksyt ja sovitaan kimpassa että tehdään ne läksyt vaikka täällä jos tuntuu ettei kotona ehdi.

16:50 Kuppi kahvia ja pari peliä ristiseiskaa, yhdellä nuorista on kotona vaikeaa, samalla jutellaan näistä ja sovitaan että soitan äidille.

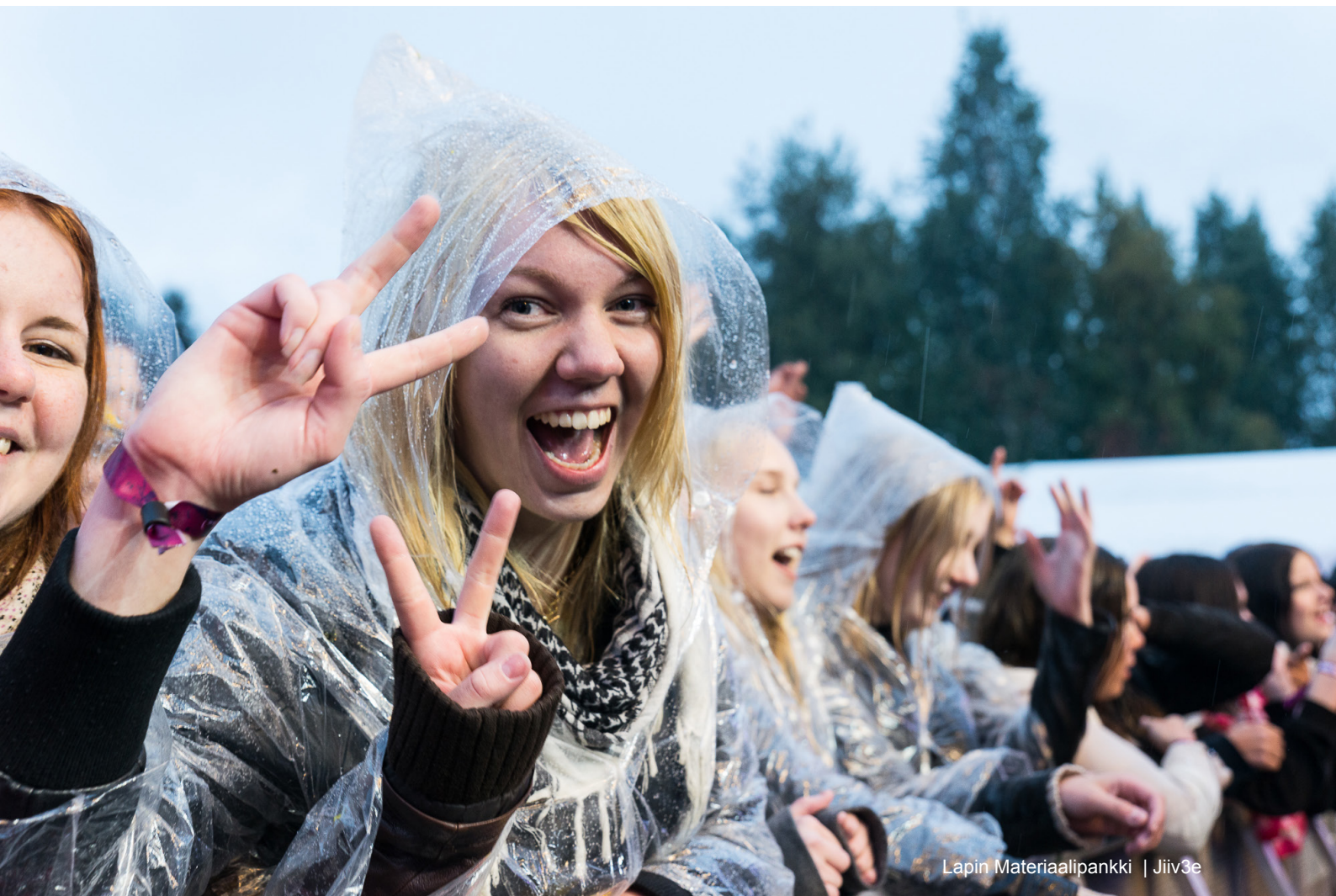
17:30 Tilalla 30 nuorta ja meteli on sen mukainen. ”Kimbleä! Nyt! Sie tulet kans!” Selvä, lautapelejä siis. Oli kyllä kesän kalareissun suunnittelu kesken mutta minkäs teet. Sille on onneksi vielä aikaa.

18:20 Tähän mahtuukin sitten huonoja vitsejä, komentamista, ruoanlaittovinkejä, siivoilua, kahvikeittoa, paperitöitä ja tietenkin nuorten kanssa olemista ja heidän kuuntelemistaan. Viikonloppuna on ilmeisesti bileet jossain. Muistutellaan taas lakipykälästä. Alaikäiselle välittäminen on rikos.

19:10 Erään nuoren äiti soittaa ja sanoo että poikaa kiusataan koulussa ja että nämä kiusaajat käyvät nuorisotilalla, kysyy että voinko tehdä asialle jotain. Voin. Loppuilta meneekin sitte kiusaamisesta ja yksinjäamisestä ja jättämisestä keskustellen. Tätäkään keskustelua ei tarvinnut kuin aloittaa. Mahtavia pointteja ja kommentteja tulee, koko ajan.

20:50 Tilan siistiminen porukalla ja ovet lukkoon. Huomenna lisää.

21:00 Päivä täysi, kotiin.



Lapin Materiaalipankki | Jiiiv3e

Tilaelämään mahtuu ihan älyttömän paljon, älyttömän hyviä juttuja, kuin myös joskus huonoja. Nuorten elämään tutustuminen on helppoa mutta siihen elämään mukaan pääsemiseen vaaditaan luottamus, luottamus jota ei ole helppo saada. Väittävät jotkut että nuorista ei saa kiinni, saa niistä.

Tämä päivä kertoo hyvin vähän siitä, mitä työhön kuuluu. Lisää lukemaasi vielä kokoukset, suunnittelu, leirit, kerhot, kouluyhteistyö yms. niin kokonaiskuva on aika lähellä. Tämä ei ole pelkkää kahvinjuomista ja kortin-

pelaamista. Tämä on kasvatustyötä. Tätä työtä tehdään perheen ja koulun kanssa yhdessä. Hyvin todennäköisesti jonkun lukijan lapsi käy nuorisotilalla, tiedoksesi, muksusi on myös minulle tärkeä. :)

Mitä tämä työ antaa? Hyvin paljon, useamman vuoden samojen nuorten kanssa työtä tehneenä näkee kasvun, myöskin siihen kasvuun liittyvät kivut joista lähes jokainen nuori selviää, tuella tai ilman.. On mahtava nähdä että

nuoret eivät ole ”pilalla” kuten joistain medioista saa lukea, nuoret osaavat jos heille antaa mahdollisuuden. Kunpa meillä kaikilla olisi resursseja. Työstäni muuttaisin hyvin vähän, jos pystyisin, kloonaisin itseni että voisin olla kahdessa paikassa yhtä aikaa. Silloin olisi aikaa useammalle nuorelle.

*Jouni*





Lapin Materiaalipankki | Terhi Tuovinen

## **Yrittäjän päivä:** **Retkieväitä, kuntavaalikuvauksia ja navettahommia**

*Monesti on niin, että seuraavan päivän työ on sellainen, mitä ei ole koskaan aiemmin tehnyt.*



Heräsin virkeänä puoli kymmenen korvilla. Aamupuuron tein tavalliseen malliin, desi hiutaleita, kaksi vettä ja mikroon pariiksi minuutiksi. Puuron ja marjasmoothien jälkeen aloin valmistautua lumikenkäretkelle. Napsautin sähkölevyn päälle. Olin jo illalla laittanut marjat mehustumaan kattilaan retkimehua varten, joka on tärkein eväs retkelläni.

Aloitin repun pakkaamisen: Solu-  
muoviset pylynalustat, teleskooppi-  
makkaratikut, hillakuviokupit, lovika-  
laiset ja sitten hakkaamaan syttöjä  
liiteriin. Muutaman sytön (tervasen)  
sujautin pussiin ja pussin reppuun. En-  
nen ulos lähtöäni kurkkasin miltä mehu  
kattilassa näyttää. Pienensin levyä ja  
jätin mehun hiljalleen kiehumään, kun  
aloin kerätä lumikenkiä kyytiin. Tar-  
kistin parit, kunnan ja nostin Transitin  
koppiin tarpeellisen määrän lumiken-  
kiä ja sauvoja. Sitten palasin mehun  
kimppuun. Siivittyäni marjat pois, li-  
säsini hieman sokeria ja laitoin kuuman  
mehun termospulloon ja termospullo  
reppuun. Lopuksi laitoin makkarat ja  
sinapin reppuun ja repun autoon.

Otin sisareni mukaan retkelle, joten  
hain hänet kyytiin. Menimme Tun-  
turilapin luontokeskuksen pihalle.  
Laitoin lumikengät ja sauvat valmiiksi  
odottamaan asiakkaita. Sisareni lähti  
katsomaan, missä asiakkaat olivat.  
Sieltä tulikin kaksi reipasta belgialaista  
nuorta aikuista, joiden kanssa lähdim-  
me retkelle. Retki kesti 2,5 tuntia, jon-  
ka aikana teimme tulet, joimme mehua,  
paistoimme makkaraa ja rämmimme  
umpilumessa.

Palattuamme retkeltä kotiin peseydyin,  
vaihdoin vaatteet ja lähdin kokoukseen  
Hettaan. Kokous koski tällä kertaa puo-  
lueen kuntavaaliehdokkaiden kuvausta  
ja vaaliohjelmaa. Parin tunnin pähki-  
misen jälkeen kotiutuminen, vaatteiden  
vaihto ja tankkaus seuraavaa koitosta  
varten.

Lähdin isännälle navettakaveriksi.  
Käyn harvakseltaan navetassa, kun  
aikaa sattuu olemaan. Navetassa käy-  
dessäni minun tehtäväksi tulee usein  
siivoaminen. Siivosin parsia, käytäviä,  
juotin vasikat, annon tuorerehua ja har-  
jasin lehmiä. Siinäpä se kolmen tunnin  
navettareissu oli.

Sitten saunanlämmitykseen, joka al-  
kaa usein niin, että mennään liiteriin  
syttöpuita hakkaamaan. Kun sytöt oli  
hakattu, tuli saunanpesään ja kolmen  
vartin päästä saunomaan.

Kello oli 00.30, kun tulin saunasta.  
Istuin lukemaan päivän sähköposteja ja  
vastaamaan tarvittaviin posteihin. Pari  
postia lähetin puolueporukalle kuvaus-  
session tiimoilta ja muutaman muun.  
Sitten olikin facebookin aika. Some-  
tettuani puolisen tuntia, lähdin vielä  
telkkarin ääreen katsomaan millaista  
ohjelmaa tulee klo 1.30. Eihän siellä  
juuri mitään ollut siihen aikaan, joten  
oli aika kömpiä nukkumaan.

Tällainen on tyypillinen työpäiväni,  
hyvin vaihteleva. Jokainen työpäi-  
vä on erilainen. Pidän työstäni, sillä  
saan tehdä erilaisia tehtäviä. Monesti  
on niin, että seuraavan päivän työ on  
sellainen, mitä ei ole koskaan aiem-  
min tehnyt. Se on erittäin mukavaa.  
Tykkään olla ulkona töissä. Jos jotakin  
haluaisin muuttaa, niin haluaisin vielä  
enemmän ulkohommia ja toivoisin, että  
työtä olisi ympäri vuoden eikä se olisi  
niin sesonkiluonteista. Arvostan yrit-  
täjyyden tuomaa vapautta. Luonnossa  
liikkuminen on unelmatyötäni.

*Sari Keskitalo*



## **Projektipäällikön päivä: Kirjoitushommia ja palaverointia**

*Etätyöpäivänä viestittely tapahtuu monien eri kanavien kautta. Käytän sähköpostin lisäksi Lynciä, Twitteriä ja Facebookia sekä Yammeria. Meillä on loistavat sähköiset työkalut, jotka kyllä helpottavat työntekoa silloin kun toimivat.*

Teen tänään töitä etänä, kotoa käsin. Minulle etätyöpäivät ovat hyvin tehokkaita, sillä tykkään työskennellä rauhallisessa ympäristössä erityisesti silloin, kun minun pitää keskittyä tuotamaan jotakin kirjallista. Siksi myös työpäiväkirjoitus on helpoin tehdä näin etätyöpäivänä tai kuten eräs työkaverini sanoi läsnäolopäivänä. Kyllä, koen, että olen tällaisina työpäivinä myös enemmän läsnä.

Päiväni alkoi puhelulla, jolla valmisteltiin Pohjois-Pohjanmaan alueelle tulevaa kilpailutusta yhteistyökumppanin kanssa. Työalueenihan kattaa koko Pohjois-Suomen sillä luotsaan yhdessä tiimini kanssa koko Pohjois-Suomea koskevaa hanketta.

Päivä jatkui ESR-hankkeeseen kuuluvalla seurantaraportin kirjoittamisella, jonka olin aloittanut jo kuukautta aikaisemmin, jälleen etätyöpäivänä. Hankkeessa tehdään säännöllisin väliajoin väliraportit ja ne on aina hyvä tehdä tällaisina etätyöpäivinä, jolloin saa kerralla valmista. Raportoinnin osalta työtäni helpottaa koko tiimin ylläpitämä työkirja, josta näen koko alueen osalta mitä seuranta-ajanjakson aikana on tehty.

Tekeminenhän ei ole aina vain hanke-tilaisuuksien järjestämistä. Hankkeen maksatushakemukseen liitetään myös hankkeeseen osallistuneiden yritysten tiedot, jokainen yksitellen ja hetkihän siinä vierähti, kun sata yritystä tuli tällä kertaa syötettyä. Saipahan ainakin aivot hetken levätä.

Meillä on hankkeen ympärille kerätty eri ELY-keskusten ja TE-palveluiden toimijoista muodostuva ns. yhteistyötyöryhmä ja valmistelin päivän aikana tämän työryhmän seuraavan kokouksen asialistaa ja esitystä. Kokosin esitykseen kaikkien alueiden tulevat suunnitelmat ja laitoin materiaalin tiimilleni kommentoitavaksi.

Kotoapäin onnistuu myös loistavasti Skype-palaverien pitäminen ja tällä kertaa juttelin Marko Kestin kanssa, hänen tuottamastaan Excel-työkalusta yrityksille, minkä avulla yritykset voivat mm. laskea minkälainen vaikutus on poissaolojen pienentämisellä yrityksen käyttökatteeseen. Tarkoituksemme on hankkeessa testata työkalua laajemminkin ja hieman vielä vaatii, että pääsen siihen itsekin paremmin sisälle.

Meillä on tulossa sekä aamukahvitilaisuus että valmennuskokonaisuus Leville. Valmistelin nyt kyseisen valmennuksen markkinointia tekemällä siitä Facebook-tapahtuman ja kirjoittamalla uutiskirjepohjan. Lisäksi tein joitakin valmisteluja liittyen myös tulevaan aamukahvitilaisuuteen ja olin puhelimitse yhteydessä mm. alueen yhteistyökumppaniin. Yhteistyöllä saamme tilaisuusiiimme paljon enemmän vaikuttavuutta ja tilaisuudet vastaavat paremmin yritysten tarpeita.

Etätyöpäivänä viestittely tapahtuu monien eri kanavien kautta. Käytän sähköpostin lisäksi Lynciä, Twitteriä ja Facebookia sekä Yammeria. Meillä on loistavat sähköiset työkalut, jotka kyllä helpottavat työntekoa silloin kun toimivat.

*Henna Nurminen*

# Liikunta-alan asiantuntijan päivä: Kuntotestejä, motivointia ja tiedon jakamista

*Jos saan jokaisena kenttäpäivänä edes yhden henkilön innostumaan terveydestään, tavoitteeni on täyttynyt!*

Päivä alkoi ihanan myöhäisellä heräämisellä klo 07:30. Normaalisti kello soi vähintään tuntia aiemmin. Ponkaisin reippaasti sängystä ylös, hörppäsin lasin vettä ja puin juoksuvaatteet ylle. Kävin puolen tunnin kevyen aamuhölkän, jonka aikana kroppa heräsi mukavasti, ja hiki kirposi ohimoille. Napapiirillä ei aura-auto ollut ehtinyt vielä käydä, joten muutaman sentin lumikerros toi mukavasti haastetta etenemiseen. Takaisin tullessani aura-auto tulikin minua vastaan – moikattiin hyvät huomenet reippaalla käden heilautuksella. Näin on hyvä aloittaa päivä!

Kotiin tullessani nappasin lehden postilaatikosta ja kipaisin suihkussa. Hyvä puuroaamiainen, muut valmistelut ja ei muuta kuin autoon ja peräkärry perässä kohti Keminmaata. Päivän agendana oli työikäisille suunnattu terveysliikuntatapahtuma SuomiMies seikkailee. Tapahtuma oli kaikille työikäisille keminmaalaisille avoin ja maksuton. Minun roolina oli tapahtuman vastuuhenkilönä toimiminen. Olin sopinut tapahtumasta paikallisen vapaa-aikasihteerin kanssa jo kuukausia sitten. Toimitin hänelle kaiken markkinointiin ja viestintään liittyvät materiaalit, joita hyödyntäen vapaa-aikasihteerini oli markkinoinut tapahtumaa. Nyt vain toivottiin paljon kävijöitä! Testaajina toimi Keminmaan kunnan vapaa-aikatoimen työntekijöitä.

Tapahtuma koostui kolmesta kuntotestistä: puristusvoima, kestävyyskunto ja kehonkoostumus. Testit saivat kiitosta, sillä ne voi tehdä täysin hikoilematta ja hengästyemättä – ketään ei siis laitejuoksemaan Cooperin testiä eikä kenenkään rasvaprosenttia mitata jenkakahvoista. Tapahtuman tarkoituksena oli kannustaa työikäisiä liikunnalliseen arkeen sekä terveellisempiin ruokailutottumuksiin ja siten pitämään itsestään parempaa huolta. Jaoimme kaikille paljon erilaista kirjallista materiaalia ja päivään kuului myös pitämäni lyhyet asiantuntijaluennot, joissa käytiin lävitse testituloksia ja kuinka omia tuloksia voi parantaa. Motivointia, innostamista, kannustamista ja luonnollisesti infon jakamista. Tapahtumassa esittäytyivät myös paikallinen suunnistusseura Suunta2000, Napapiirin Hengitysyhdistys sekä Keminmaan Eläkeyhdistys. Tavoitteena oli siis myös tuoda paikalliset palvelut ja järjestöt lähelle kuntalaista.

Tapahtuma kesti klo 14–19, jonka jälkeen pakkasimme testaajien kanssa auton ja peräkärryn ja lähdin rätänäkä teessä kurvailemaan kohti Rovaniemeä. Koska kehonkoostumuslaite vaatii kaksi kantajaa, hain puolisoni kotoa ja ajoimme keskustaan, jossa Lapin

Liikunnan toimisto sijaitsee. Kannoin tavarat sisälle, minkä jälkeen palautimme vuokralle olleen peräkärryn Erottajan Nesteelle. Kello oli tässä vaiheessa 21:40. Kotiin menon sijasta ajoimme vielä metsäpalstallemme Oikaraiseen, jossa puolisolllani on muutamat näätäloukut pyynnissä. Kävimme toteamassa tyhjästä loukusta, ihastelimme hirvien, kettujen, jänisten, metsäkauriiden ja porojen jälkiä. Luonto rauhoittaa – tutkitusti. Klo 23.00 olimme lopulta kotipihassa.

Päivä oli hyvin tyypillinen ”kenttäpäivä” minulle. Päivät ovat pitkiä mutta antoisia. Ihmiset ovat kiinnostuneita omasta hyvinvoinnistaan ja tulevat siksi paikalle. Tavoitteenamme on aina saada mukaan erityisesti niitä, jotka eivät ole omassa arjessaan aktiivisia ja joilla saattaa jo olla elintapasairauksia, minkä vuoksi he kaipaavat apua oman terveytensä ylläpitämiseen. Koen työni merkittäväksi sairauksia ennaltaehkäiseväksi työksi. Jos saan jokaisena kenttäpäivänä edes yhden henkilön innostumaan terveydestään, tavoitteeni on täyttynyt!

*Elina Ahokas*





Lapin Materiaalipankki | Terhi Tuovinen



## Asiakkuuspäällikön päivä: Ajokilometrejä ja asiakastapaamisia

*Porojen, ja yhden hirven, väistelyn jälkeen pääsin perille Sallaan ensimmäiseen sovittuun tarjouspalaveriin.*

Olen asiakaspäällikkönä vakuutusyhtiössä. Asiakaitani ovat pääasiassa yritykset Lapin alueella. Työni nykyisessä tehtävässä aloitin elokuussa 2008.

Työpäiväni alkoi herätykseen kello 5:55. Pukeuduin rivakasti, ja siirryin konttorille. Edellisen päivän valmistumiseni alkaneen päivän töihin oli mennyt plörinäksi, sillä järjestelmäsämme oli maanantaina tulostusongelmia. Niinpä toivoin sormet ristissä, että ongelmat olisivat poistuneet. Ensimmäinen tulostus-yritykseni epäonnistui, mutta toisella yrittämällä järjestelmä suostui yhteistyöhön. Nyt pikapikaa puuttuvat paperit pihalle ja tien päälle.

Kello 6:40 pääsin aloittamaan moottorimarssin Sallaan. Keli oli kohtalaisen haastava, sillä paikoittain lämpötila kävi pakkasen puolella ja sumua riitti kaikkien vesistöjen lähetyvillä. Porojen, ja yhden hirven, väistelyn jälkeen pääsin perille Sallaan ensimmäiseen sovittuun tarjouspalaveriin.

Esittelin yrittäjälle oman näkemykseni tämän yrityksen vakuutuksista. Asiakas kertoi millaisia muutoksia hän halusi ehdotuksiini, ja totesimme että muutamaa vakuutusta hänen ei, terveydentilansa takia, kannata vaihtaa Fenniaan. Ei ainakaan vielä. Siirryn palaverin jälkeen paikalliseen kahvilaan. Lainaan kahvilan tarjoamaa langatonta verkkoa, ja teen järjestelmäämme asiakkaan toivomat muutokset vakuutus-ehdotuksiin. Lähetän korjatut ehdotukset asiakkaan sähköpostiin, ja palaan asiakkaan luo. Sovimme asiakkaan kanssa kaupoista ja allekirjoitamme sopimuspaperit. Teemme asiakkaan kanssa herrasmies-sopimuksen, että vaikka minulla on asiakkaan hyväksymät ehdotukset salkussani, sopimuksia ei saateta voimaan, ennen kuin asiakas on varmistanut kirjanpitäjältään muuttaman seikan. Sovimme soittavamme asiasta seuraavana päivänä. Ensimmäinen tapaaminen on pulkassa.

Seuraava palaveri on ennakoasetelmissa hieman pitempi kestoltaan, ja asiakas asuu kauempana Sallan kuntakeskuksesta. Poikkean paikallisessa marketissa ostamassa meille palaveripullat. Ajan asiakkaan luo, ja päätän poiketa ensin väärän talon pihalla pelottelemassa vanhempaa rouvashenkilöä. Rouva opastaa minut ystävällisesti oikeaan suuntaan, ja toivottelen hänelle hyvää päivän jatkoa. Toisella yrittämällä onnistun laskeutumaan oikean asiakkaan ovelle. Koska olemme tämän asiakkaan kanssa hioneet vakuutustarjouksia jo yli kahden kuukauden ajan, ei tässä palaverissa tarvitse kuin käydä pikaisesti vakuutusten yksityiskohdat läpi. Tähän menee kahvistelun lomassa kaksi tuntia. Teemme asiakkaan kanssa sopimuspaperit, ja sovimme maksueräisyyksistä. Kerron asiakkaalle vakuutusyhtiön vaihtoon liittyvistä aikatauluista ja muista rutiineista.

Kolmanteen palaveriin ajan Savukosken läpi Sodankylään. Tämä käynti on asiakassuhteen ylläpitoon liittyvä: asiakas haluaa tehdä muutoksia vakuutusturvaansa. Matkalla soitan muutamia puheluita ja annan back office -ihmisille toimeksiantoja päivän palavereihin (ja muutamaan muuhun asiakkuuteen) liittyen. Sovimme sodankyläläisen asiakkaan tämän haluamista muutoksista, ja lähdän ajamaan kohti Rovaniemeä. Matkalla saan muutaman soiton asiakkailtani ja nämä antavat minulle toimeksiantoja.

Kirjaan toimeksiannot ylös, ja koska totean kellon olevan jo yli puoli viiden, en voi delegoida annettuja tehtäviä enää muille: muut ovat jo menneet kotiin.

Olen perillä Rovaniemellä noin 19:10. Ajan konttorille, hartaasti mielessäni toivoen, että järjestelmät olisivat toimintakuntoisia. Yllätyksekseni ne ovat. Hoidan päivän aikana saamani toimeksiannot (ne joita en saanut delegoitua), ja teen tarvittavat kirjaukset päivän kaupoista. Skannaan sopimuspapereita sähköpostiini, ja toimitan pääkonttorille käsittelyyn. Työpäivä päättyi kello 20:10, kun astuin kotiovesta sisään.

Työpäiväni oli tyypillinen matkatyöpäivä, mitä kertyy viikon mittaan yhdestä kahteen. Tämä viikko tosin on poikkeuksellinen, koska tällä viikolla matkatyöpäiviä tulee kertymään viisi ja ”tavallisia” konttoripäiviäkin kaksi.

*Hannu Sukuvaara*





## Yliopistonlehtorin päivä: Tutkimussuunnitelmia, sälähommia ja kaverikahveja

*Tutkimustyössä motivoi salapoliisintyötä muistuttava jännitys, ajatusten kypsyttely omassa tahdissa ja keskusteluissa muiden kanssa, sekä kirjoittamisen nautinto. Ja se, kun asiat alkavat loksahdella paikoilleen.*



Työssäni opetan, koordinoin opetusta, vastaan opintoneuvonnasta kahdessa tiedekunnassa sekä tietysti teen omaa tutkimusta.

Heräsin ilman kellon soittoa klo 7.15, avasin koneen, vastasin pariin opiskelijan viestiin ja tarkastin optima-työtilan johon oli palautettu tehtäviä. Luin Suomen Akatemian hakuun lähtevän hankkeen tutkimussuunnitelmaa samalla kun söin aamupalaa.

Yhdeksältä oli yliopistolla palaveri suunnitelmasta. Paltsun jälkeen tein korjauksia omaan osuuteeni projektisuunnitelmassa, päivitin cv:n, ja lähetin ne eteenpäin. Sitten järjestelin uutta työhuonetta, etsin puhelimen laturia (ei löytynyt huoneesta), luin muutaman opiskelijan tehtäväpaperin (puoli vuotta olivat myöhässä deadlinesta), kävin läpi korvaavuushakemuksia, kyselin opiskelijoilta lisätietoja niihin. Kävin etsimässä netistä dosentuurin hakemiseen tarvittavat ohjeet ja printtasin ne.

Lounaalla kävin yliopiston ravintolassa ystävän ja puolitoistavuotiaan kummapojan kanssa (joka rätväsi banaania sekä omaan kaljuunsa että minun tukkaan). Kahdelta kävin Lovissassa kahvilla yhden kurssin opettajan kanssa, oli kiva puhua englantia (hän on saksalainen). Hänellä oli mukana ekaluokkalainen poikansa ja muutaman kuukauden ikäinen vauva. Poika esitteli minulle tehtäväkirjaansa, vauva nauroi ja piereskeli.

Sitten menin lepohuoneeseen ja makoilin peiton alla melkein tunnin. Väsytti aivan järkyttävän paljon, mutta lepo virkisti. Kävin vielä sähköpostitse keskustelua kulttuurihistorian vierailuennosta amerikkalaisen professorin kanssa. Ennen töistä lähtöä sovin kaverin /kollegan kanssa, että lähetän tietokirjani kässärin hänelle luettavaksi.

Iltapäivällä oli kampaaja, luin värin vaikutusta odotellessa tutkimusmenetelmäkirjaa aiheesta, josta pidän kurssin kuukauden päästä.

Illalla kotona päivitin vielä Linked In-profiilia ja viestin hetken opettajan pedagogisia opettavan henkilön kanssa.

Päivä oli aika tyypillinen nykyinen työpäivä. Kirjoittamista siihen ei juurikaan kuulunut, mikä on epätyypillistä verrattuna siihen mihin olen tottunut.

Jos voisin muuttaa jotain, tekisin enemmän tutkimusta ja vähemmän hallintoa, ”sälähommia” ja koordinaatiotyötä.

Työ antaa paljon: älyllisiä ja sosiaalisia haasteita, rahaa, ajankulua, pähkinöitä purtavaksi. En osaisi olla tekemättä mitään ja nautin haasteista mutta myös yliopistotyön vapaudesta. Opettajan työssä motivoi se, että itse oppii yhtä lailla kuin opiskelijat – vuorovaikutus on parhaimmillaan älyttömän kivaa. Tutkimustyössä motivoi salapoliisintyötä muistuttava jännitys, ajatusten kypsyttely omassa tahdissa ja keskusteluissa muiden kanssa, sekä kirjoittamisen nautinto. Ja se, kun asiat alkavat loksahdella paikoilleen.

*Päivi Rantala*

# Johtavan asiantuntijan päivä: Strategia päivitystä, kokousvalmisteluja ja taukojuoppaa

*Olemme eri sähköisten järjestelmien kautta koonneet tietoa luovan toimialan yrityksistä, niiden tunnusluvuista sekä asiakastarpeista, joita tietoja ryhdyin päivittämään työpäivän lopuksi.*

Kerron tästä päivästä, kun käytännössä harjoitan työelämän joustoa ja olen tänään töissä etänä kotoa. Työpisteenä minulla on keittiön pöytä ja ”työtuoli-na” keittiössä oleva puusohva. Ergonomiaan olen panostanut kasaamalla sohvaa päälle pari tyynyä, joiden päällä istun, jotta työskentelyasento olisi vähän ergonomisempi. Olisihan minulla toki talossa työpöytä ja oikea säädettävä työtuolikin, mutta se tuntuisi liian toimistolta. Tässä on mukava välillä lepuuttaa silmiään takapihan lumisessa metsämaisemassa ja nauttia leivinuunista hohkaavasta lämmöstä.

Minulla on sopimus yhdestä etäpäivästä viikossa ja pidän niitä sen mukaan kuin muihin aikatauluihin sopii. Joka viikko ei ole ollut mahdollisuutta, toisinaan vaan on työn kannalta helpompaa olla mukana kokouksissa yms. työpaikalla. Meillä on kaikilla etäyhteysvälineet ja käytössä on Skype for business. Myös yhteisiin tiedostokansioihin ja intraan pääsy on mahdollista etänä.

Käynnistin työkoneen ja tarkistin ensimmäiseksi, mitä uutta on intrasamme. Jokaisen työntekijän vastuulla on olla tietoinen intran kautta tulleista tiedotteista, henkilöstökoulutuksista ja

tilaisuuksista. Vastailin sähköposteihin ja aloitin Työelämä 2020 -alueverkon seuraavan kokouksen valmistelun sekä monihallinnollisen työryhmän työkokouksen, jossa olen vuorollani puheenjohtajana. Työkokous pidetään virtuaaliyhteyksien avulla aina etänä.

Keräilin ilmoittautumisia Lapin ELO-yhteistyöryhmän (Elinikäisen oppimisen ja ohjauksen yhteistyöryhmän) kokoukseen 24.11. Asialistaan liittyvästä asiasta kävin sähköpostikeskustelua Lapin TNO-palvelut-projektin projektipäällikön kanssa, mitähän me nyt sovittiinkaan Aikuis-koulutuksen johtoryhmän kokouksessa pari viikkoa sitten Lapin TNO (tieto-, neuvonta- ja ohjaus) -strategian päivittämisen aikasyklillä. Huomenna on TNO-koordinaatioryhmän kokous. Tämä koordinaatioryhmä koostuu alueellisten TNO-verkoston edustajista ympäri Lappia ja on moniammatillinen ryhmä. Kokouksessa on esitys Kotona Suomessa -hankkeesta, jossa edistetään kotoutumista. Myös projektipäällikkö Ohjaamo-hankkeesta tulee kokoukseen ja keskustellaan yhteistyöstä TNO-verkoston ja Ohjaamon välillä. Tein kokoukseen Power Point -esityksen keskeisistä asioista, jotka ovat nousseet esiin eri keskusteluissa.

Yhdeltä pidin ruokatauon – kokemukseni on, että etäpäivänä tulee kyllä istuttua tiiviimmin työkoneen ääressä kuin työpaikalla, jossa ruokatauolla tulee lähdetty eri kerroksessa olevaan työpaikan yhteiseen ruokailutilaan ja myös kahvitauot pidetään siellä. Lounaan jälkeen lepuuttelin selkääni lattiatyynyn päällä maaten viisi minuuttia. Tein vielä muutaman rullauksen selälläni putkirullalla. Meillä on työkoneella Petra-ohjelma, joka tarjoaa videoklippinä kahden minuutin vaihtelevia taukojuoppia. Olen sen ohjelmoinut käynnistymään kerran tunnissa ja pyrin myös tekemään liikkeitä, välillä istuen, välillä seisomasarjaa. Päivittäinen liikkuminen on tullut aina vain tärkeämmäksi.

Ruokatauon jälkeen tarkastin Aikuiskoulutuksen johtoryhmän pöytäkirjaa ja totesin, että tarvitsisin parin asian tarkistamiseksi muistiinpanoja, jotka olin kokouksessa pikaisesti kirjannut paperille.



Muistiinpanot ovat työpaikan pöydällä, joten siirsin tehtävän seuraavaksi aamuksi, samalla voin tarkistaa pöytäkirjan laatijalta pari minulle epäselvää kohta. Myös YT-toimikunnan pöytäkirja oli tullut kommentteilleni pari päivää sitten, olen siinäkin puheenjohtajana. Kokouksessa toimikuntaa puhutti tulossuunnittelu vuosille 2017–2019. Joka kokouksessa meillä on pysyvästi asialistalla organisaation talous, toimitila-asiat sekä työsuojeluun liittyvät aiheet. Meillä on erittäin keskusteleva YT-toimikunta ja yksikkökokouksista henkilöstön kannanottoja viestitetään YT-toimikuntaan ja viesti kulkee myös toisin päin. Tein pari tarkentavaa lisäystä pöytäkirjaan ja lähetin takaisin kokouksen sihteerille eteenpäin toimitettavaksi. Kolmen aikoihin alkoi tuntua, että työteho alkaa hiipua.

Päätin keittää kahvit ja kahvin valmistuessa täytin tiskikonetta ja putsailin lehtiläjiä pöydiltä. Kahvin join seisaallaan ja katselin ikkunasta hämärtyvää maisemaa, päivän istuminen työkoneella alkaa tuntua jäsenissä. Lapset tulivat koulusta, komentelin tekemään läksyt saman tien. Loppupäivästä vastailin kulttuurin ja luovien alojen toimialaan liittyviin asiakaskyselyihin. Minulle kuuluu aikuiskoulutuksen kehittämisen ja työelämän laadun edistämisen lisäksi kulttuurin ja luovien alojen kehittäminen. Tällä sektorilla olemme tehneet ELY-keskuksessa työtä toimialatuntemuksen lisäämiseksi ja alan yrittäjyyden edistämiseksi.

Olemme eri sähköisten järjestelmien kautta koonneet tietoa luovan toimialan yrityksistä, niiden tunnusluvuista sekä asiakastarpeista, joita tietoa ryhdyin päivittämään työpäivän loppuksi. Etäyhteys Excel-kansioon heitti toimimasta, ehkä on aika lopetella päivää. Siirryin nettiin kirjoittelemaan tätä päivän kuvausta, tämä yhteys sentään toimii.

*Satu Huikuri*





ELINVOIMAA ALUEELLE 5 | 2017

MITÄ TÖISSÄ TÄNÄÄN  
KERTOMUKSIA LAPPILAISESTA TYÖELÄMÄSTÄ

Lapin elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus

ISBN 978-952-314-605-1 (PDF)

ISSN-L 2242-282X

ISSN 2242-2838 (verkkojulkaisu)

URN:ISBN:978-952-314-605-1

[www.doria.fi/ely-keskus](http://www.doria.fi/ely-keskus) | [www.ely-keskus.fi](http://www.ely-keskus.fi)

2020  
**Työelämä**

**MADE  
BY  
FINLAND.FI**

